Gymn.

82 K

Spiels

<36605529340018

<36605529340018

Bayer. Staatsbibliothek

Gymn.

82 K.

Spiels

<36605529340018

<36605529340018

Bayer. Staatsbibliothek

Turnbuch für Schulen

als

Anleitung für den Turnunterricht

durch die

Lehrer der Schulen

von

Adolf Spieß.

Erster Theil.

Die Uebungen für die Altersstufe vom sechsten bis zehnten Jahre bei Knaben und Mädchen.

Mit zwei Zeichnungen.

Basel,

Schweighauser'sche Buchhandlung.

1847.

BIBLIA
REGIA
MONACENSIS

Bayerische
Staatsbibliothek
München

Vorwort.

In der Schule erkennen wir die Anstalt, in welcher das Verhältnißmäßige der gesammten erzieherischen Bestrebungen für das Leben der Jugend auf die Ordnung und Einheit des allgemeinen Bildungszweckes bezogen wird. Schulleben und Jugendleben stehen mit einander in lebendigster Wechselwirkung, das eine bedingt das andere.

Wenn die Schule ein rechter Lebensort für die Genossenschaft der Jugend, eine Erziehungsanstalt im vollen Sinne des Wortes ist, welche in ihren Bildungsmitteln das leibliche und geistige Leben der Schüler, das zugleich im Wachsthume begriffen ist, umfaßt, so kann sie mit Recht als der Mittelpunkt des Jugendlebens, als das eigentliche Gemeinwesen der Jugend betrachtet werden. Die Klagen aber mehren sich und werden allerorten immer lauter, daß der Einfluß des Schullebens auf die Jugend abnehme, daß der Geist des rechten Jugendlebens bei der Macht und bei den Einflüssen des öffentlichen Lebens mehr und mehr schwinde und einem unjugendlichen Sinnen und frühreifen Treiben Platz mache. Werfen wir nun einen Blick auf die Gesammtverhältnisse des öffentlichen Lebens und auf den Stand der Schulen selbst, so müssen wir eingestehen, daß der Ernst der Zeit die bestimmte Forderung

stellt, vor Allem das Schulleben dem Zwecke und der Bedeutung desselben entsprechend in seinen nothwendigen Bildungsmitteln zu vervollständigen. Die Schule soll zum eigentlichen Hort des rechten Jugendgeistes, zum Schutz- und Schirmort ächter Jugendlichkeit erhoben werden. Ein Aufruf ist an die ganze Schulwelt ergangen, gerade jetzt und ungesäumt auszuführen, was schon zu lange zum Schaden der Jugend unterblieben ist. Da muß recht und vollständig geholfen werden, entschiedene und durchgreifende Maßnahmen allein können retten vor dem Verfall der Jugendsitte, die bei den Gegensätzen und bei dem Zwiespalte auf allen Gebieten des sie umgebenden Lebens so vielen verderblichen Schwankungen und drohenden Verirrungen ausgesetzt ist.

Dieß haben die großen Erzieher aller Zeiten erkannt und ausgesprochen, in welchen Beziehungen die Schule das Leben der Jugend erfassen muß, wenn sie einen vollen und wirksameren Einfluß auf dasselbe ausüben will, wenn sich die Jugend in der Schule so recht heimisch fühlen soll. Die Jugend bedarf für ihr Leben geregelte Beschäftigung nach all den Seiten hin, welche ihr natürlicher Trieb sucht, sie bedarf der Zucht und Erziehung zu ihrem mehr geistigen Gedeihen, wie es in den engeren Schulräumen bezweckt wird, so wie auch zu ihrem leiblichen Wohlsein, wie es in dem gesammten Turnleben Pflege findet. So lange das Schulleben mehr einem sitzenden Körper gleicht, der seine Arbeit nur mit Kopf und Hand treibt, wird auch der Jugend nur halb geholfen werden. Arbeit und Spiel, Ernst und Freude müssen gleichmäßig von der Schule

bereitet werden und darum erweitere man den Wirkungskreis derselben über die Wände der Schulzimmer hinaus und gewähre man den Schülern das Eine wie das Andere. Erkennt die Jugend erst wieder in ihren Lehrern die Beförderer und Freunde der gesammten Bestrebungen ihres Lebens, und leiten die Lehrer selbst die Beschäftigungen der Schüler, sowohl die mehr geistigen, als auch die mehr turnerischen, so wird auch das ganze Verhältniß zwischen Erziehern und Zöglingen ein innigeres und lebendigeres, und es wird die Schule auch in den bewegtesten Zeiten die Macht besitzen, das Jugendleben seinem unwandelbaren Geiste treu zu erhalten.

Es ist unsere tiefste Ueberzeugung, daß gerade das Turnleben, wie es der Turnunterricht in Schulen zu erziehen hat, der Gegenstand ist, welcher die ernsteste Beachtung aller derer verdient, die ein Herz für die Wohlfahrt der Jugend haben und das Heilsame einer umfassenderen und sorgfältigeren Erziehungsweise derselben in ihrer Bedeutung für das öffentliche Leben erkennen. Vor allem sind es die Schulmänner und Lehrer, die sich mit dem Gedanken vertraut zu machen haben, daß gerade sie es sind, welche der Schule auch das Turnleben zu gewähren haben. Ihnen liegt es ob, mit jugendlichem Geiste selber Hand anzulegen beim Turnunterrichte, der, wie aller Unterricht, im rechten Geiste nur von Solchen gegeben werden kann, die dem gesammten Entwickelungsgange der Schüler im Schulleben nahe stehen und vertraut sind mit der Kunst des Lehrens, von Solchen, die überhaupt Erzieher von Beruf sind.

Man hat bereits an vielen Orten für das Turnen der Schuljugend von Seiten der Behörden, sowie auch von Seite der Jugendfreunde Maßnahmen und Anstalten getroffen, welche die Einführung dieses Erziehungszweiges bezwecken. Wir können uns aber nicht enthalten, hier auszusprechen, daß bei allem Eifer und gutem Willen die Grundsätze vielfältig übersehen worden sind, welche bei Einführung einer so allgemeinen Bildungsangelegenheit für die ganze Jugendwelt festgestellt sein müssen, bevor man die Einrichtungen anordnet, welche dem Zwecke entsprächen. Wie oft werden da nicht Ansichten geltend zu machen gesucht, welche im Gegensatze mit den oben ausgesprochenen geradezu davon ausgehen, als müsse das Turnen unabhängig von dem Schulleben gleichsam als Gegengewicht demselben gegenüber gestellt werden, so daß die Erziehung der Jugend in zweierlei öffentlichen Anstalten vertheilt und und gezweit wird. Zudem will man für das Turnen die mit dem Schulleben bereits gegebenen Ordnungen und Abtheilungen der Schüler unberücksichtigt lassen und verändert die in der Schule verbundenen Genossenschaften auf den Turnplätzen in neue, je nachdem Größe und äußerliche Turnfertigkeit der Schüler es hier, wie man sagt, zweckdienlich erscheinen lassen. Während die Schule die Menge ihrer Schüler aus Rücksichten für einen geordneten Unterrichtsgang und wegen der aus erzieherischen Gründen gebotenen möglichen und übersichtlichen Verwaltung in kleinere Abtheilungen und Klassen gliedert, wird da für die Turnplätze der Schuljugend davon ganz abgesehen und man vereinigt die unter jugendlichen Vor-

turnern stehenden Riegen in so großer Zahl zum gemeinsamen Turnen, daß je nach Umständen oft mehrere hundert Schüler gleichzeitig Beschäftigung erhalten, während nur ein Lehrer oder einzelne das Turnen leiten. Man nennt diese Betreibungsweise des Turnens vorzugsweise gern eine großartige, erzieherische, von der allein die rechten Früchte für die Jugend erwachsen werden und will glauben machen, es sei ein Verrath an dem Geiste und Zwecke der Turnsache, wenn man das Turnen auch zur Unterrichtsangelegenheit in den Schulen mache, wie andere Bildungsmittel, und dabei sich den Ordnungen anschließe, wie sie die Schule bereits hat. Die Anhänger dieser Ansicht sprechen es sogar aus, daß das beste Schulturnen noch kein Turnen sei, so viel wüßten sie: ob denn das Turnen ein Unterrichtsgegenstand sein soll, eine Last mehr und nicht viel mehr eine Lust?

Wir glauben hingegen gerade zu, daß es dem Geiste geordneter Jugenderziehung zuwiderläuft, wenn Schule und Turnleben einander gegenübergestellt werden, wenn die im ganzen Schulleben sich natürlich ergebenden Abtheilungen und Genossenschaften der Schüler auf den Turnplätzen wieder gebrochen werden und versprechen uns durchaus von dem Turnen großer Schülermassen unter unmündigen Vorturnern nur sehr geringe Erfolge von der Art, wie sie gerade ein geordneter Turnunterricht bei kleineren Schülerabtheilungen bringen kann. Das wahrhaft Großartige einer Betreibungsweise des Turnens finden wir darin, daß sie bewähre, wie sie ein Mittel sein kann, die ganze Jugend in den Schulen

turnerisch zu entwickeln, daß sie für das Schulleben eine Macht werden kann, welche das ganze Erziehungsgeschäft dieser Anstalt zu vervollständigen vermag.

Die angedeutete kaum begreifliche Ansicht über das dem Schulleben gegenüber gestellte Turnen kann wohl nur daraus erklärt werden, daß man befangen von der ursprünglichen Jahnischen, zu ihrer Zeit durchaus zweckgemäßen Turnweise, eine andere, bei vorliegenden ganz andern Umständen, für unmöglich hält. Wenn damals das Turnen vorzugsweise auf angehende Jünglinge und auf Erwachsene berechnet war, so sind die in der Eiselen'schen Schrift über Anlegung von Turnplätzen und Leitung von Turnübungen mit einer Einleitung von H. F. Maßmann gegebenen Andeutungen über das Grundverhältniß des Turnens zwischen Leben und Schule eben auch nur wie es scheint auf Gymnasien, d. h. auf Schüler entwickelterer Altersstufen berechnet. Wenn aber Gymnasien eben auch Schulen sind, so folgt daraus, daß unsere oben entwickelten Grundsätze in ihrer rechten Anwendung auch für diese Schulen passen, ebenso wie sie für Knabenschulen jüngerer Alter und für Mädchenschulen jeden Alters (denen allen doch wohl das ihnen geeignete Turnen nicht vorenthalten werden soll) zur rechten Stellung und Handhabung des Turnunterrichtes Anleitung geben. Ein rechtes und freies Turnleben kann nur durch erzieherisch geordneten und geleiteten Turnunterricht herbeigeführt werden; wollte man hingegen auf dem in angeführter Schrift vorgezeichneten Wege mit Hülfe unselbstständiger Vorturner, die in keiner Weise den Lehrer ersetzen, und mit so großer

Schülerzahl das Turnen aller Schüler, Kinder, Knaben, Jünglinge, Mädchen betreiben, so läßt sich voraussehen und von vornen herein begreifen, daß nie die Erfolge, welche ein geordneter Turnunterricht nicht nur für die turnerische Ausbildung, sondern auch für die ganze Charakterentwickelung der Schüler hat, möglich werden. Wenn die (wie die angeführte Schrift es bestimmt) vor die Thore gelegten, großartig eingerichteten Turnplätze, zumeist, wie es scheint, den Zweck haben, Schülern in größeren Städten den Genuß freier Luft zu verschaffen, so geht dagegen unsere Ansicht dahin, daß öfters (in der Schulzeit) von Seite der Schule aus Wanderungen in das Freie, in Wald und Flur und zu größeren Spielen zweckmäßiger seien, als das nachmittaglange Verweilen der großen Schaaren auf Turnplätzen im Freien, wo die Beschäftigung im Turnen doch keinen rechten Naturgenuß zuläßt und bei der Abgelegenheit der Plätze die Unbilden des Wetters den geordneten Unterricht häufig unterbrechen müssen.

Bevor man über diese Punkte und überhaupt über das ganze Verhältniß des Turnens zu allen Schulen den denkenden Erziehern und Schulmännern rechten Aufschluß gegeben hat, sollte man aufhören, in äußerlicher und steifer Nachahmung des Früheren Turnplätze zu bauen und Einrichtungen zu treffen, die auf sinnvolle Weise nur erst eine Folge aus dem rechten Verstehen der Schule und des Kinder- und Jugendlebens sein sollten. Die schulgemäße Betreibung des Turnens in Schulen verschiedener Alter und Geschlechter ist nicht nur möglich, sondern sie hat sich auch ganz gegen die

Befürchtungen des Einleiters der Eiselen'schen Schrift als eine wirklich jugendgemäße erwiesen. Möge daher der Warner vor schulgemäßer Turnbetreibung sich erst vertraut machen mit dem Standpunkte der Ausbildung der Turnübungen, der dieses Turnen möglich macht, und wenn ihm Anschauung solchen Schul= und Turnlebens abgeht, so möge er da, wo die Sache selber spricht, mit Anschuldigung und Verdächtigung derselben einhalten.

Damit aber für alle Schulen auch Lehrer des Turnens gefunden werden, ist es nöthig, daß an allen Bildungsanstalten für Lehrer auch dieser Unterrichtszweig Aufnahme finde; daß den Lehrern auch Gelegenheit verschafft werde, sich im Unterrichten des Turnens zu üben. Gleichwie an den Seminarien für Land= und Stadtschulen die angehenden Lehrer am zweckmäßigsten sich im Unterrichten von Schülern für den angewandten Unterricht vorbereiten können, so sollte auch den Lehrern, die sich dem Gymnasialunterrichte widmen, Gelegenheit geboten werden, sich im wirklichen Turnunterrichte bei Gymnasialschülern zu versuchen. Wie jeder Unterricht auf gründlicher Kenntniß des zu behandelnden Gegenstandes beruhen muß, so verweisen wir die Lehrer, welche den Turnunterricht übernehmen, in Bezug auf die wissenschaftliche Erforschung dieses Unterrichtsgegenstandes auf die vier Theile der Turnlehre und in dem vorliegenden ersten, sowie in den folgenden Theilen des Turnbuches für Schulen mögen sie einen Wegweiser bei dem wirklichen Unterrichte finden.

Basel am 18. Oktober 1846.

Adolf Spieß.

Inhalt.

	Seite
Einleitung	1
Ordnungsübungen und Freiübungen.	
Erste Stufe	19
Zweite Stufe	143
Ordnungsübungen	144
Freiübungen	173
Dauerübungen	180
Wettübungen	183
Schwebeübungen	185
Uebungen auf dem Schwebebrett	186
Uebungen auf der Kante oder der Rust	187
Erste Stufe	188
Zweite Stufe	188
Uebungen auf den Schwebestangen	191
Uebungen auf dem Schwebebaum	192
Uebungen auf den Stelzen	195
Erste Stufe	197
Zweite Stufe	198
Seilübungen	201
Uebungen an dem langen Schwungseil	201
Lauf unter dem langen Seile	204
Erste Sufe	204
Zweite Stufe	207
Sprung über das lange Schwungseil	209
Erste Stufe	209
Zweite Stufe	212
Das Springen	216
Erste Stufe	217
Zweite Stufe	221

Seite

Weitsprung über den Graben 225
Erste Stufe 226
Zweite Stufe 227
Tiefsprung vom Tiefspringel 229
Erste Stufe 230
Zweite Stufe 232
Das Stürmen 234
Erste Stufe 236
Zweite Stufe 238
Hantelübungen 241
Erste Stufe 242
Zweite Stufe 242
Uebungen mit den Handklappern 245
Erste Stufe 246
Zweite Stufe 248
Uebungen mit dem kleinen Schwungseil . . . 252
Erste Stufe 253
Zweite Stufe 254
Stemmübungen 258
Stemmübungen am Barren 259
Erste Stufe 261
Zweite Stufe 268
Stemmübungen am Stemmbalken 271
Erste Stufe 272
Zweite Stufe 274
Bockspringen 278
Erste Stufe 279
Zweite Stufe 280
Hangübungen 283
Hangübungen an den wagerechten Doppelleitern . . 285
Erste Stufe 286
Zweite Stufe 292
Hangübungen an den schrägen und senkrechten Hangflächen des Stangengerüstes 303
Erste Stufe 304
Zweite Stufe 306
Hang- und Stemmübungen 311
Steigübungen und Kletterübungen an den verschiedenen Stütz- und Hangflächen des Stangengerüstes . . 311

Seite

A. Steigübungen.
Erste Stufe 312
Zweite Stufe 314
B. Kletterübungen.
Erste Stufe 317
Zweite Stufe 318
Uebungen an der Hang- und Stemmschaukel . . . 322
Uebungen am Reck 324
Uebungen am Kreisschwingel 328
Uebungen im Stabspringen 330
Ziehen und Schieben 332
Heben und Tragen 336
Ringen 338
Werfen und Fangen 341
Verschiedene Künste 344
Spiele, Wanderungen in's Freie und Jugendfeste . 350
Baden und Schwimmen 354
Turnkunst und Tonkunst 355
Turnräume 361
Nachträgliches über Turngeräthe und Erklärung der Zeichnungen 364

Druckfehler.

Seite 12 Zeile 8 von unten soll anstatt „zusammengefallene“ heißen zusammengehaltene.

Seite 17 Zeile 14 von oben soll stehen statt „erhebenden“ Erhebenden, Zeile 17 für „statthaben“ selbst haben.

Seite 25 Zeile 8 von unten soll anstatt „wenn auf Richtung“ heißen wenn auch Richtung.

Seite 37 Zeile 4 von unten soll anstatt „vor diese zieht“ heißen zieht vor diese.

Seite 323 soll „Erste Stufe“ wegfallen.

Einleitung.

Ein jeder Unterricht in Schulen, welche Kinder zwischen dem sechsten und zehnten Lebensalter aufnehmen, hat vorwaltend eine allgemeine erzieherische Bedeutung. Jeder besondere Gegenstand des Unterrichtes ist nur ein eigenthümliches Bildungsmittel für das noch unentwickelte Leben der Zöglinge. Mit aller Unterweisung beginnt auch die Zucht und ein jeder Unterrichtsstoff bietet aus sich selber die Ordnungskraft, die Schüler an demselben zu entwickeln. Der Lehrer muß es verstehen, mit dem Gegenstande den er unterrichtet, das gesammte Wesen der Schüler in Anspruch zu nehmen, so daß alle in Beschäftigung und Spannung wach gehalten werden. Die Behandlungsweise des Unterrichtes ist es vor Allem, worauf es ankommt, daß derselbe Leben erzeugt und die Lernenden in Zug gebracht und erhalten werden, daß Lehrer und Schüler in gemeinsamer Arbeitslust sich begegnen. Wer überhaupt die Gabe des Lehrens hat, kann sie nur dann auch frei üben, wenn er die Sache, die er lehrt, unbefangen und geordnet überschaut, wenn er auf der einen Seite die Einsicht in ihr Wesen und in ihren Zusammenhang gewonnen hat und auf der andern Seite auch versteht, dieselbe mit Rücksicht auf die besonderen gegebenen Verhältnisse seiner Schüler zu unterrichten. Einsicht und Kunst fordert jeder Unterricht und es liegt nicht an dem Gegenstande, wenn sein bildender Einfluß in dem Schulleben nicht recht gedeihen will, es kommt nur darauf an, daß man

denselben so erfaßt und behandelt, wie er von Natur aus gegeben ist.

Nicht anders als bei jedem Unterrichte ist es mit dem Turnen und seiner Betreibung mit Schülern, mit dem Turnunterrichte in Schulen. Der gleiche Lehrer, der hier in verschiedenen Lehrgegenständen die nach Altersstufen gesonderten Schülerabtheilungen unterrichtet und erzieht, ist auch ihr Lehrer im Turnen. Der Erzieher, der die Schüler in den Gebieten des Schullebens, bei welchen die leibliche Bewegung in ruhigere Haltung zurücktritt, leitet, ist auch der Führer in dem Gebiete, in welchem das jugendliche Leben zu freier Kunst in Bewegung und Haltung des Leibes herangebildet werden soll. Das Ziel in der Erziehung ist ein ungetheiltes, das gesammte Wesen der Schüler umfassendes, die Schule theilt nur die Arbeit und strebt von verschiedenen Seiten nach der einen Richtung. Ein jeder Unterrichtszweig schließt sich an das eine noch unentwickelte Leben des Schülers an und es trennt die Schule ihre Aufgabe beim Unterrichte nur um den gesammten Bildungszweck zu ordnen und zu verwalten. So ist auch der geistige und leibliche Mensch dem Wesen nach nur einer; aber das Leben stellt sich überall in die Gegensätze dieser Zweiung, wo es die beide umfassende höhere Einheit sucht, ihre Ordnung, ihr Maß und Gesetz zu erkennen, zu bestimmen und im freien Leben zu üben strebt. Bei dem Menschen kann aber keine Entwickelung, mag sie mehr dem geistigen oder leiblichen Gebiete angehören, dem bloß natürlichen Triebe überlassen bleiben, die Arbeit der Erziehung kann nicht unbeschadet für das Leben auf der einen Seite eingestellt werden, während sie auf der andern Seite gefördert wird. Es wächst das ganze Werk nur unvollkommen und steht ohne Gleichgewicht und Ebenmaß so lange, bis die Herrschaft des Geistes alle Lebensäußerungen des Menschen in ihrer Ordnung bestimmt und für die Freiheit seines Wesens im Verhältnisse zu sich selber und im gemeinen Leben mit der Menschheit erzieht. Nach

allen Seiten hin muß darum auch das Leben der Schüler in den Schulen, diesen Werkstätten der Erziehung, bearbeitet werden, überall soll der bloße Trieb in rechter Weise gepflegt und an der Hand des geistigen Hebels umgebildet und gleichsam gezähmt werden für die höchste Ordnung des Lebens, für die gesittete Freiheit des Menschenlebens.

Die Jugendzeit, in welcher das Leben am bildsamsten ist, wo für das Auge des Erziehers das Kind sich in unbefangendsten Regungen kund gibt, das Gemüth der Zöglinge noch die Hülfe der Leitung und Zurechtweisung in ihrem Thun und Lassen am lebhaftesten sucht und annimmt, ist auch die Zeit, in welcher für den Erzieher und Lehrer in den Schulen die Arbeit beginnt, nach allen den Richtungen der Lebensentwickelung, welche bei diesen Lebensaltern hervortreten und darum vorzugsweise eine Begegnung und Führung bedürfen. Dieß führt uns nun auf den Gegenstand, den wir hier als besondern Unterrichtszweig für Schulen, für sechs- bis zehnjährige Schüler bearbeitet haben, auf den Turnunterricht.

Schon bringen die Schüler bei ihrer Aufnahme in die Schule die Anfänge ihrer Lebensbildung, welche sie im häuslichen Leben und unter andern Einflüssen des sie umgebenden Lebens gewonnen haben, mit. Hier gilt es nun bei allem Unterrichte, diesen an das Leben der Schüler anzuknüpfen, die Schüler für das geregelte Ziel der ganzen Anstalt heranzubilden. Das ganze Schulleben hat seine Ordnung, der Schüler lebt in gemeinsamer Beschäftigung und steht unter der öffentlichen Zucht der Erziehung mit seinen Altersgenossen. Mit Rücksicht auf die Schule und ihre ganze erzieherische Aufgabe hat nun insbesondere das Turnen auch die Anfänge der Schüler in ihrer leiblichen Bewegungskunst, die sich in den Uebungen Einzelner mit sich und mit Andern auf das Mannigfaltigste entwickelt hat, und bei allerlei Verrichtungen des Lebens, oder bei Spielen herauslebt, fortzuentwickeln. Die Schule bildet im Turnunterrichte zunächst

die gewöhnlichen leiblichen Thätigkeiten mehr aus, bringt dieselben in Maß und Regel und gibt dann wiederum dem Schüler selbst für das Leben reichere Bewegungskunst zurück, und erzieht somit zugleich die Lust an derselben in Beschäftigungen und Spielen aller Art. Wie bei allem Schulunterrichte die verschiedene Anlage der Schüler die Forderung an den Lehrer stellt, in Behandlung der Gemeinübung Aller dahin zu wirken, daß gerade auch die Schwächeren und weniger Begabten fortkommen und in ihrer Entwickelung mit Anderen sich ausgleichen, so hat insbesondere auch der Turnlehrer die Aufgabe, bei allen Uebungen vorzugsweise sein Augenmerk dahin zu richten, daß sie Allen zugemuthet werden können und daß die ganze Betreibungsweise mit beitrage, die ganze Schülerabtheilung möglichst zu gleicher leiblicher Ausbildung zu bringen. Es kommt da weniger darauf an, Einzelne zur Darstellung verhältnißmäßig schwerer Uebungen zu bringen, was bei begabteren Schülern leicht zu erreichen ist, es gilt hier vielmehr zu bewähren, daß das Turnen auch die erziehende Kraft besitze, wo möglich die Gesammtheit der Schüler in allmähligen Uebergangsstufen dahin zu bringen, daß Alle für den Fortschritt in wachsender Entwickelung ihrer Leibeskunst für die Sache des Turnens gewonnen werden und Alle eine solche Vorbildung im Turnen erhalten, daß sie mit Sicherheit auch zu den Leistungen in diesem Unterrichte fortgeführt werden können, wie sie später an höhere Altersstufen der Schüler gestellt werden.

Ein jeder Lehrer weiß, welche Bedeutung die gemeinsame Arbeit für das Unterrichten hat und welche Mittel zur Belebung der Einzelnen durch geordnete Gemeinthätigkeit entfaltet werden können; wir erinnern nur an das gemeinsame Sprechen, Lesen, Schreiben und namentlich an das Singen ganzer Abtheilungen beim Lernen. Vor Allem ist nun auch der Turnunterricht geeignet, in Gemeinübung betrieben zu werden und in ähnlicher Weise, wie beim Gesang bildet gerade auch die Gemeinübung Vieler in gemessener Thätigkeit

eine Darstellungsweise, welche bei der Turnkunst neben der Uebung der Einzelnen die Ausbildung der Macht und Wirkung der in Ordnung verbundenen Mehrzahl bezweckt. Da nun das leibliche Verhalten in mannigfachsten Zuständen der Ruhe und Bewegung, in Einzel- und Gemeinübung hierbei zum wesentlichen Gegenstand des Unterrichtes gemacht werden kann, so wird mit Bezug auf diesen Zweck das Turnen auch so eigentlich das Erziehungsmittel des Schullebens, das die Zucht üben und darstellen lehrt, den Geist der Ordnung in Gestalt und That zu verwirklichen strebt. Wenn bei allem Unterrichte der Lehrer die Zucht mehr voraussetzt oder nur nebenbei übt und das äußere Verhalten der Schüler bei den gegebenen Sitzplätzen auf den Schulbänken und die gleichförmige oft ermüdende stille Haltung im Sitzen häufig als Kennzeichen für ihre Sammlung und Richtung auf den Unterrichtsgegenstand fordern muß, so bieten die Ordnungsübungen beim Turnen gerade auch das Unterrichtsmittel das äußere Verhalten in Uebereinstimmung mit dem innern Verhalten für die Ordnung und Zucht in den Gliedern zu bringen. Der Lehrer des Turnens lernt dabei selber die Bedingungen kennen, die Mittel handhaben und gewandt benutzen, welche sein Amt als Erzieher bei allem andern Unterrichte wesentlich auch zu dem eines Ordners machen und wiederum wird es sich dabei bewähren, daß eben der Schüler überall zugleich als geistiger wie leiblicher Mensch zu erfassen ist, daß alle Ordnung zugleich eine Thätigkeit der Leibesübung sein muß, die in freier Kunst herangebildet werden und nicht als bloße gedankenlose äußerliche Gewöhnung bestehen soll.

Wir denken nicht von ferne daran, das Jugendleben in und außerhalb der Schule einförmiger und in Regeln gesteift unfreier zu machen, sei es dadurch, daß man befürchtete, die beim Turnen eingeführten Ordnungsübungen könnten diesen Einfluß ausüben, oder, daß man im Allgemeinen die Ansicht hegte, der Jugend könne ihre ungebundnere Uebung und Bewegung in dem Leben außerhalb der Schule dadurch ver-

kümmert werden, daß man ihr nur unter Aufsicht von Lehrern dieselben gewähre und gestattete. Im Gegentheil, wir erwarten gerade von der Schulerziehung, welche die gesammte Entwickelung des Jugendlebens umfaßt, daß sie im Geiste und Sinne der Anforderungen, die der jeweilige Standpunkt und die Entwickelung der Lebensstufe der Zöglinge mit sich bringen und welche mit Bezug auf die besondere Ortsverhältnisse gerade vorliegen, den gegebenen Bedürfnissen nachzukommen sucht. Es ist bekannt, wie für viele Kinder das Leben außerhalb der Schule kümmerlich und dürftig Anlaß gibt und Gelegenheit ihr Leben gerade auch nach leiblicher Bewegungslust zu entwickeln, wie viele Kinder in unjugendlicher Beschäftigung heranwachsen und wie selbst dann, wenn die Verhältnisse das Leben der Jugend im Freien begünstigen, andere Umstände mancherlei Art die rechte Jugendart oft nicht gedeihen lassen. Da soll gerade das Schulleben, das wir, wenn es das rechte ist, auch für die eigentliche öffentliche Pflegeanstalt der Jugendlichkeit und Jugendgesittung halten, helfen und aller Verwahrlosung der Kinderzucht entgegentreten mit Liebe und Ernst. Wir gehören nicht zu denen, welche in weichlichem Gefühle für ein eingebildetes Jugendleben schwärmen und befürchten, die Zucht und der strenge Gehorsam in der Schule müsse beim Turnunterrichte einem sogenannten freieren Jugendspiel Platz machen, gegenüber einer strengeren Turnschule. Hier wie überall muß der Schüler erst lernen was gehorchen heißt, ehe er zum freieren Spiele geführt wird. Wer das Turnen der jüngeren Alter auf das Spielen begränzen will, der wird damit den Kindern ihre Lust und ihren Ernst beim Spiel bald nehmen, denn bloßes Spielen, das nicht mit strenger Arbeit wechselt, entartet leicht zum Tändeln. Das Spiel selber hat seine beste Vorschule im Turnunterrichte und dieser führt von selbst auf ernsteren Sinn des Spieles und entwickelt den rechten Geist für dasselbe und seine Ordnungen. Die Ordnungsübungen, welche stets in Gemeinübung Mehrerer vorgenommen werden, sind

auch hier wieder die vorbereitenden Uebungen, die den Einzelnen gewöhnen in gemessener Gebundenheit an eine größere Gliederung mit Andern für das Ganze mitzuwirken und wecken die Freude an genossenschaftlicher Ausgleichung für geeinte Thätigkeit und Gemeingeist im Handeln. Der befehlende Lehrer und Handhaber der Gemeinübung wird von selber der natürliche Ausgangspunkt und Richtungsgeber für die Befehligten, in gleicher Weise, wie beim Gesangunterrichte der Lehrer der Leiter und die Seele der gebundenen Liederlust der Singenden wird. Wer befürchtet da von Uebungen, die wegen bestimmter und gemessener Ausführung in zeitlicher und räumlicher Ordnung an Befehle gebunden sind, eine Unangemessenheit für die Jugend; oder benimmt etwa rhythmischer Gesang und rhythmische Bewegung der Gehenden und Hüpfenden, diesen, wenn sie noch im Kindesleben solches üben, die rechte Kindlichkeit. Wir verneinen dieß geradezu und sind im Gegentheil zu der Ueberzeugung gelangt, daß gerade das Rhythmische an den Turnübungen für die Jugend nicht genug hervorgehoben werden kann und daß gerade die Kinder beim Singen wie beim Turnen nicht frühe genug mit diesem Anhalt für die geordnete Ausführung vertraut gemacht werden können. Das ganze Leben leiblicher Bewegung, die ebenmäßige Vertheilung der Gliederpaare weisen darauf hin, wie das in der Uebung frei werdende Spiel der ganzen Leibesgliederung auf rhythmischer Ausführung beruht und wer die spielenden Kinder trommeln und im Takte gehen und hüpfen sieht, braucht nicht zu befürchten, daß damit ihrer Jugendlichkeit Abbruch gethan wird und noch viel weniger dann, wenn der Lehrer auf verständige Weise selber noch die Geschicklichkeit der Kinder in allerlei Uebungen geradezu zum Gegenstande des Unterrichtes macht. Wenn nun das Schulleben so selber die Bewegungslust der Jugend erzieht, so geschieht es nicht, um deren Ausübung auf das Schulleben zu begränzen, es kann im Gegentheile dann gerade erwartet werden, daß die Schüler auch in ihrem

Leben außerhalb der Schule das treiben, wozu sie in der Schule die beste Gelegenheit und Anleitung gefunden. Wie die Kinder, die in der Schule gelernten Lieder mit nach Hause bringen und singen, so üben sie auch Künste und Spiele aller Art, die sie in der Schule gelernt haben. Man sehe nur an Orten, wo die Schule auch angemessenen Turnunterricht gibt, wie die Turnkünste und Spiele da einheimisch werden und wie gerade wieder die Uebung außer der Schule dem Lehrer für das Ueben in der Schule in die Hand arbeitet, wie selber die noch jüngeren Kinder von den ältern Geschwistern und Gespielen nachgezogen werden und Fertigkeiten und Künste in die Schule mitbringen, von der sie zuerst in das Leben der Jugend übergegangen sind. Der Turnplatz der Schule wird da für die Jugend die eigentliche nie versiegende Quelle ihrer Künste und Spiele, der Ort, wohin sie den im Leben erworbenen Schatz ihrer Fertigkeiten auch wieder gern zurückbringt und im Verein mit den Schulgenossen zum Gemeingut Aller niederlegt, da bietet sich Gelegenheit zu jeder Art von Uebungen, an Vorrichtungen für jede besondere Darstellungsweise der Leibeskünste, da ist der Lehrer, der den kunstgerechten Gebrauch der Kräfte und das rechte Maß kennt und die Gemeinübung Aller zweckgemäß leitet.

Die gleichen geschlossenen Schülerabtheilungen in der Schule, welche vereinten Unterricht haben, haben auch für sich Turnunterricht und werden auf dem Turnplatze in gewohnter Zusammenhörigkeit belassen. Der Lehrer selbst führt die ganze geordnete Schaar meist in einer Gliederung vereint, und theilt dieselbe nur dann in mehrere gesonderte Schaaren oder Reihen zu verschiedenen Uebungen, wenn einerseits die Ordnungsfertigkeit der Schüler bereits eine entwickeltere ist, oder wenn die verschiedenen Turnarten zugleich bei den gesonderten Reihen verwaltet werden können von ihm selber, was bei zweckmäßiger Einrichtung des Turnplatzes keine Schwierigkeit findet. Hat der Lehrer einmal

Schüler, die schon einen Lehrgang eines Jahres mitgemacht haben, so schließen sich die neueingetretenen Schüler um so leichter an die ganze Ordnung der Betreibung an und der Lehrer macht die Anstelligern unter denselben zu Führern von Reihen, welche seinen Winken und Anordnungen gewärtig die Führung Aller sehr erleichtern helfen. Das Alter unserer Schüler verlangt, daß sich der Lehrer selber so viel, wie nur immer möglich leitend, rathend und helfend erweise und wenn darum auf der einen Seite der Turnunterricht die Kräfte des Lehrers sehr in Anspruch nimmt, so gewährt auf der andern Seite die sichtbare Freude, der Eifer der jugendlichen Schaar und das offene Vertrauen und unbefangene Entgegenkommen derselben dem Lehrer eine wohlthuende Befriedigung, sein Verhältniß zu den Schülern auf dem Turnplatze und das beim Unterrichte in andern Schulräumen gestaltet sich zu einem volleren und beziehungsreicheren eines Jugendbildners für ihn selber, wie für die Zöglinge.

Eine jede geschlossene Schülerabtheilung hat wo möglich jeden Tag, neben den andern Unterrichtsstunden auch eine Stunde Turnunterricht. Es wäre gefehlt, wollte man die Turnzeit unserer Schüler zu längerer Dauer setzen. Bei gut geleitetem Unterrichte kann in dieser regelmäßig begränzten kürzeren Zeit mehr geleistet werden, als wenn man über das Maß dieser Dauer hinausgeht. Es ist hier wie bei allem andern Unterrichte jede Ueberspannung zu vermeiden und besser, wenn die Schüler nach beendigter Stunde in ihrer Lust unterbrochen werden, als wenn man bei längerer Ausdehnung der Turnzeit die Uebersättigung und Abnahme der Lust zu erwarten hat. Wenn der Turnplatz an die Schulräume gränzt, oder unfern von denselben gelegen ist, im Sommer Schutz gegen Sonnenstrahl und Regen und im Winter einen erwärmten Raum gewährt, so können die Turnstunden der einzelnen Abtheilungen an Vor- und Nachmittagen zwischen und nach den andern Unterrichtsstunden gegeben werden, wie jeder andere Unterricht und schließen sich somit

überhaupt an die ganze Schulordnung an. Je nachdem nun die einzelnen Abtheilungen in der Schule zahlreichere oder weniger zahlreiche sind, die Schulräume für den Unterricht nach der Zahl der Schüler ihre Einrichtungen erhalten, ebenso richtet sich auch die ganze Einrichtung der Turnräume nach diesem Verhältnisse. Wir werden darum über die Einrichtung der Turnräume unsere besonderen Angaben folgen lassen.

Bei der Bearbeitung dieses Turnunterrichtsbuches haben wir nun mit Rücksicht auf sechs- bis zehnjährige Schüler, welche stets in Gemeinschaft mit ihren gleichaltrigen Schulgenossen in einer vereinten Abtheilung unterrichtet werden, folgenden Gang eingeschlagen. Vor allem sollen die Schüler als gemeinübende Körperschaft geordnet und in den Verhältnissen ihrer Thätigkeit geübt werden, durch welche die vereinte Gliederung Aller zu Gestalt kömmt, während damit zugleich bei den Einzelnen die Leibesübungen, welche als Freiübungen die gewöhnlichste Darstellung im Leben finden, nun in gemessenerer Ausführung durchgebildet und turnerisch fortentwickelt werden. Erst nach diesen Ordnungsübungen und Freiübungen, bei welchen die Bewegungskunst aufs Mannigfaltigste geweckt und an maßvolle Ausführung gebunden werden kann, der Schüler die nothwendigsten Begriffe über seine Verhältnisse zu Raum und Zeit an den eigenen Uebungen erhält und diese selber unterscheiden lernt, als einfachere oder zusammengesetztere Thätigkeiten seiner freien Bestimmung, kann sich der Unterricht mit Beziehung auf weitere turnerische Bildungszwecke auch auf andere Uebungsarten verbreiten. Wenn auch der Lehrer stets den Weg der Anschauung für die Schüler einhalten muß, so muß bei jeder gezeigten Uebung doch auch ein Verständniß über die dabei erforderlichen wesentlichen Thätigkeiten, sowie über das bei der Uebung vorwaltend Beabsichtigte gegeben werden, damit auch das verständige Handeln einigermaßen durch ein im Denken erfaßtes Wissen geleitet wird. Viele Schüler folgen zwar

leicht der Macht des Eindruckes, welche die Anschauung auf sie hat, Andere aber bedürfen neben der Anschauung auch noch die mehr durch Denken bestimmter vermittelte Erklärung der Uebungssache und es wäre ganz gegen den Zweck eines erzieherisch geleiteten Unterrichtes, wollte man selbst bei den jüngeren Schulaltern nicht schon beide Wege der Unterweisung einschlagen. Auch die kleinsten Schüler und Kinder müssen wir als denkende Wesen unterrichten und der Verstand muß mit der freien Ausübung ihrer jugendlichen Leibeskünste im gleichen Fortschritt geweckt und gebildet werden. Es gibt Turnschwärmer, die von allen Begriffen bei Betreibung der Turnübungen warnen wollen und befürchten, die Frucht der Uebungen entarte und verdorre an dem Strahle des Lichtes, mit welchem man dem Turnenden in das Reich seiner Bewegung leuchtet. Nun, mit diesen haben wir nicht zu rechten, unsere Schüler sollen ohne Schaden für ihr turnerisches Ziel recht deutlich erfahren, worauf es bei jeder Uebung ankommt und an der Mannigfaltigkeit der Bewegungen die Verschiedenheit des Einzelnen allmählig auch unterscheiden lernen. Das Inhaltverzeichniß kann bezeugen, wie wir die Folge der Uebungsarten geordnet haben, in der Weise, daß wir die Turnarten, wobei der Uebende vorzugsweise seine Stemmkraft übt, zuerst beschrieben und dann zu den Turnarten übergehen, bei welchen vorzugsweise die Hangkraft der Uebenden in Anspruch genommen wird und endlich zu den Uebungen fortschreiten, bei welchen Stemmen und Hangen verbunden in Wirksamkeit sind. Wir haben diese Ordnung der Uebungen zunächst mit Rücksicht auf den Lehrer gewählt, damit dieser sich gewöhne, die Bewegungskunst in ihrer natürlichen Entwickelung und nicht nach zufälligen äußeren Verhältnissen ihrer Anwendung aufzufassen, und damit den einfachen Zusammenhang aus dem Auge verliere, in welchem die Uebungen unter einander stehen. Es ist überall der menschliche Leib, der bei seiner natürlichen Anlage zu Haltungen und Bewegungen aller Art, auf den verschiedensten

Stützflächen und an den verschiedensten Vorrichtungen seine verschiedenen Zustände in mannigfaltigsten Uebungen verändert, und wer die Turnkunst lehrt, hat ins Auge zu fassen, was der Uebende darstellen soll und dann in wiefern sich diese, oder jene besondere Stützfläche zu einer beabsichtigten Darstellung verhält. Da zeigt es sich nun, daß bestimmte Vorrichtungen und Geräthe besonders geeignet sind, für die Ausübung gewisser Turnarten, wenn auch darum die gleichen Stützflächen die Uebung anderer Turnarten nicht ausschließen. Es wäre nun für die Betrachtung der Uebungen verwirrend, wollte man bei Aufnahme jeder neuen Vorrichtung, bei jedem neuerfundenen Turngeräth von diesem äußeren Anlaß ausgehen und die Turnübungen nach diesem ordnen. Man vergleiche nur den Unterricht in der Bewegungskunst des Leibes mit anderem Unterrichte und halte die Gesichtspunkte fest, die auch hierbei leiten. Das Leben geht überall von der Anwendung aus, die Schule aber zeigt den geordneten Weg zu ihr hin, in dem Unterrichte, dessen Entwickelungsgang der Lehrer kennen und mit Kunst und erzieherischem Geschick zu leiten hat. Der Führer muß auch hier vertraut sein mit allen Umständen und Verhältnissen, die ihm auf seinem Wege begegnen, die Geführten lernen dabei nur nach und nach die eingeschlagene Richtung auf den Gegenstand selber einhalten und üben allmählig mit Umsicht den freieren Fortschritt in ihrer Unterrichtsarbeit.

Was nun die Betreibung der Uebungen mit den Schülern beim Unterrichte selber betrifft, so soll sich hierbei der Lehrer durch die nach verwandten Turnarten zusammengefallene innere Ordnung der Uebungen nicht binden lassen. Die Schüler kommen aus dem Leben her und bringen schon Leibeskünste verschiedenster Ordnung mit sich, das Leben eilt überall der Schule voraus und entwickelt Fertigkeiten auf seine eigenthümliche Weise. Das muß der Lehrer nicht übersehen und nicht in dem Wahne stehen, als wäre der Turnunterricht ein Anfängerunterricht für Neulinge in der Bewegungskunst. Er

wird im Gegentheil die Voraussetzung machen, daß seine Schüler in Vielem schon weitervorgerückt sein mögen, als die Schule beim Unterrichte zu umfassen bezweckt. Der Unterricht greift nur einzelne Darstellungen der Lebensübungen heraus, beginnt mit der einen oder mit der andern Turnart, mag es eine Stemm- oder Hangübung, oder selber eine noch zusammengesetztere Bewegungsart sein, betreibt sie, wie sie den Schülern bekannt ist in ihrer ganzen, noch durch keine schulmäßige Durchbildung entwickelten Weise. Allmählig verbindet der nun beginnende Unterricht mit einer Bewegungsart noch eine beigeordnete Thätigkeit und setzt Theile an ein Ganzes an, oder er löst von einer ganzen Bewegung einzelne Theile derselben ab und betreibt diese in vereinzelter Uebung für sich. An diesem Zusammensetzen und Theilen der Bewegungen zu besonderen Uebungen wird nun das Unterrichtsgeschäft des Turnlehrers das eines Bildners der Bewegungsmittel, die Uebenden werden Schüler in der Lebenskunst, die ihnen nun in ihrem erweiterten Gesichtspunkt, in ihrer reichen Fülle von Bewegungsmöglichkeiten erschlossen wird. So verfährt der Unterrichtende bei dem ganzen Unterrichtskörper Aller in den Ordnungsübungen, so wie bei dem Einzelnen, in gleicher Weise, wie beim ersten Sprach- und Gesangunterricht dieser Altersstufen ganze Sätze und ganze Lieder zuerst vorgenommen und dann im Unterrichte allmählig erst auf ihre Bestandtheile zurückgeführt werden. So wenig aber Sprache und Gesang nur ein reines Uebungs- und Bildungsmittel in der Schule sein sollen, sondern auch eine reichere Fülle von Leben für werkthätigen Gebrauch im Leben bieten sollen, so soll auch der Turnunterricht bald mehr auf den besonderen künstlerisch bildenden Zweck, bald auf lebensvollere lebendige Anwendung hingerichtet sein. Der rechte Unterricht wird in Verfolgung des einen, wie des andern Zieles auch beim Turnen nicht in einseitige Betreibung abirren und überhaupt Kunst und Leben in ihren Gegensätzen auf einander beziehen und aneinander fortentwickeln.

In gleicher Weise wie bei dem angewandten Turnunterrichte der Lehrer mit irgend einer der beliebigen Turnarten beginnen kann, wenn er nur vorerst die Schüler in einigen der wesentlichen Ordnungsübungen und Freiübungen zur Handhabung der Uebungsordnung entwickelt hat, so daß die Schüler gleichmäßig in den verschiedenen Bewegungsarten, für welche der Turnplatz Räume und Vorrichtungen gewährt, herangebildet werden, so soll sich auch der Lehrer nicht gebunden fühlen, an Vorrichtungen und Geräthen nur gerade die Uebungen in Aufeinanderfolge zu bringen, welche gerade in Absicht auf die dabei zu Grunde liegenden Zustände untereinander verwandt sind. Ist z. B. ein Geräth zugleich zu Hang- und Stemmübungen geeignet, so kann der Lehrer, je nachdem er es für passend hält, Hang- und Stemmübungen im Wechsel aufeinanderfolgend darstellen lassen. Der Unterrichtsgang ist frei in der Auswahl und Folge der angewandten Uebungen und bringt gleichsam die Wechselfälle des Lebens in Zuständen leiblicher Haltung und Bewegung in gedrängterem Raume und in kürzerer Zeit zu Anschauungen und Darstellungen, was schon mit den vielerlei neben einander liegenden Uebungsräumen des Turnplatzes, mit der Anstalt zur vielseitigen Ausbildung der Leibeskunst gegeben ist. Alle Einförmigkeit in der Arbeit der Schüler muß durch den Wechsel der Uebungsarten vermieden werden und indem der Unterricht während einer jeden Uebungszeit die Arbeit des Leibes so bewirthschaftet, daß die verschiedenen Aeußerungen turnerischer Thätigkeit möglichst übereinstimmend und gleichmäßig auf alle Glieder vertheilt, geübt werden, können die Schüler zugleich Erholung in der Arbeit selbst gewinnen und diese ist hier mit dem Gleichgewichte der geordneten Beschäftigung, wie überall gegeben. Selbst bei den verschiedenen Uebungsarten muß der Lehrer seine jugendlichen Schüler bald in strengerer, bald in loserer Ordnung führen, mag es die Ordnungsübung der Gemeingliederung Aller, oder die Uebung der Einzelnen betreffen. Die Kunst richtiger er-

zieherischer Führung beruht auf der Vertrautheit mit den Anforderungen des Lebens dieser Altersstufen und mit den Mitteln, welche der Gegenstand des Unterrichtes selber darbietet. Im Zusammenhange mit dieser Aufgabe der Erziehung steht für den Lehrer auch die Leitung und Anordnung der Jugendspiele, welche gegenüber der besondern Turnarbeit die freieste Entfaltung des Turnlebens auf dem Turnplatze sind, wenn auch der Turnunterricht in seiner geschickten Betreibungweise oft an die Lebendigkeit des Spieles anstreift, die Arbeit in Uebergängen zum Spiele führt und dieses oft selbst wieder mit Anstrengung und Beherrschung gepaart zur eigentlichen Turnübung wird. Wenn es nur immer ausführbar ist, so soll im Sommer- wie im Winterturnen eine jede Turnstunde auch einige Zeit für Spiel gewähren, am Besten aber folgt das Spiel nach der strengeren Uebung gegen das Ende der Unterrichtsstunden.

Wir haben, namentlich um die Ordnungsübungen an bestimmter Zahl der Uebenden genauer beschreiben zu können, dann aber um überhaupt eine gewisse Mehrzahl von Schülern als Unterrichtskörper zu setzen, sechsunddreißig Zöglinge angenommen und bemerken für den Lehrer, daß, je nachdem seine Schülerabtheilung, wie sie durch das Schulleben geordnet ist, eine an Zahl kleinere oder größere ist, in gleicher Weise wie hier beschrieben, verwalten kann. In allen Fällen ist daran fest zu halten, daß nur Schüler, welche im Schulleben der gleichen Abtheilung zugetheilt sind und bei allem Unterrichte zusammengehalten sind, im Turnunterrichte vereint werden, die Gründe dafür sind die gleichen, welche bei allem andern Unterrichte dazu bestimmen, wenn auch hier, wie begreiflich, besondere Umstände das Vereinigen nur solcher Schüler, welche in Alter und Entwickelung auf ganz gleicher Stufe stehen, nicht strenge durchführen lassen und nur annähernd dieser Ordnungsgrund des Schullebens eingehalten werden kann.

Die sechs- bis zehnjährigen Schüler denken wir uns im

Laufe der vier Schuljahre in zwei Unterrichtsstufen geschieden, welche nicht gerade so strenge nach dem Alter gesondert sind und wir haben für diese Unterrichtszeit auch unsere Uebungen in zwei Stufen gebracht, damit der Lehrer an der Entwickelung der Uebungen selber bestimmte Abschnitte und Erweiterungen derselben für Anfänger und Vorgerücktere erkenne. Wir betrachten die in beiden Stufen beschriebenen Uebungen durchaus nicht als solche, welche an und für sich gerade das Zeichen der Altersstufe an sich haben und glauben, daß sich dieß gerade in Bewegungsübungen nicht ermitteln läßt und geben nur solche Uebungen für unsere jugendlichen Anfänger, wie wir dieselben als bewährte Bildungsmittel für ganze Schülerabtheilungen, welche zu möglichst gleichmäßiger Turnbildung gelangen sollen, im Verlaufe vieler Lehrjahre in wirkliche Anwendung gebracht haben und als geeignete Uebungen auch bewährt gefunden haben. Es soll keinem Lehrer benommen sein, auf seine eigenthümliche Weise, bei gleicher Voraussetzung des Zweckes für das Turnen in Schulen, auch noch andere Uebungen vorzunehmen, eine Erwartung, die wir überhaupt an jeden denkenden und forschenden Lehrer stellen müssen. Vor allem soll unser Turnunterricht mit der Rücksicht betrieben werden, daß in der Gemeinübung Aller die Gesammtheit der Schüler eine solche Beschäftigung finde, welche, wir wiederholen es, auch die ungeschickteren und schwächlichen Schüler nach und nach zu einem Maße der Turnfertigkeit und Turnlust bringt, das kunstgemäß gebildet und erzogen, die Forderung rechtfertigen soll, daß im späteren Schulleben der höheren Altersstufen, Alle zur Betheiligung am Turnunterrichte verbindlich gemacht werden können, somit Alle für die entschiedenere und kunstvollere Leibesbildung gewonnen werden können. Dieser leitende Gedanke war es, den wir bei all unseren Uebungen fest hielten und der uns bestimmte, auch alle vorkommenden Vorrichtungen und Geräthe zum Turnen so anzuordnen, daß sie möglichst geeignet seien, zur Darstellung von Gemeinübungen, die ja

überhaupt die gesteigerte Kraft erziehender Wirkung bei allem rechten Schulunterrichte möglich machen, den Zug und die Strömung in die gemeinsame Arbeit bringen. Gewöhnen sich nur einmal die Lehrer daran, das Turnen als einen Gegenstand zu betrachten, der ihre volle Beachtung in Anspruch nehmen soll, wenn sie mehr als bloße Unterrichtsgeber sein wollen, machen sie sich nur erst vertraut mit einem Unterrichte, welcher sich in so einfachen und naturgemäßen Verhältnissen bewegt, wie jeder andere Zweig des Unterrichtsganzen für das sie arbeiten und sie werden wahrnehmen, wie sie selber Gewinn finden, für ihr gesammtes Berufsleben. Die Schule bedarf all des so ängstlich gehegten Handwerkszaubers beim Turnen durchaus nicht, es bietet das Turnleben der Schüler in der Schule mehr des erhebenden und das Gemüth der Jugend Erfassenden, als ihm durch künstliche Aeußerlichkeiten, die bei wenig Bedeutung, oft keinen rechten Zusammenhang mit der Sache statthaben, so häufig zugebracht wird.

Es ist nahe liegend, daß der Turnunterricht der Jugend in den Schulen seine Ausdehnung und Anwendung bei Knaben wie bei Mädchen finden wird, wenn überhaupt die erzieherische Bedeutung desselben erkannt ist. Wir wollen uns über das Zweckmäßige und Anwendbare des Turnens in Mädchenschulen hier nicht weiter aussprechen, weil wir den Turnunterricht der Mädchen besonders zu bearbeiten gedenken. Doch mit der Absicht, hier für die jüngeren Schüler in Knabenschulen ein Unterrichtsbuch zu schreiben, sind wir zugleich auch mit der Bearbeitung der Turnübungen von jüngeren Mädchen in Schulen zusammengetroffen und es soll unser Buch auch die Bestimmung haben, bei dem Turnunterrichte der Mädchen vom sechsten bis zu zehnten Lebensjahre dem Lehrer als Richtschnur zu dienen. Knaben und Mädchen in gesonderten Schulen haben in den hier gesetzten Lebensaltern in Vielem einen gleichen Unterricht, wenn auch die Rücksicht auf das verschiedene Geschlecht in der ganzen Be-

handlung des Unterrichtsstoffes in Manchem den Erzieher abweichende Wege einzuschlagen bestimmt. Für Lehrer, welche den Turnunterricht bei Mädchen zu leiten haben, bemerken wir nur, daß bei unseren Uebungen die Turnarten oder einzelnen Uebungen, welche wir von der Anwendung beim Mädchenturnen ausgeschlossen halten, nur mit einem Sternchen (❋) bezeichnen wollen, und daß alle nicht mit diesem Zeichen versehenen Uebungen als solche zu betrachten sind, welche für das Turnen beider Geschlechter empfohlen werden können und auch wirklich hier bei dem öffentlichen Turnunterrichte der Mädchenschulen, so wie bei dem Unterrichte der nicht öffentlichen Mädchenschulen betrieben werden.

Ordnungsübungen und Freiübungen.

Erste Stufe.

Den Uebungsraum für die Ordnungsübungen und Freiübungen bildet ein geebneter Boden, welcher für unsere gesetzte Schülerzahl von sechs und dreißig Uebenden am Zweckmäßigsten ein Längenviereck, das fünfzig bis sechzig Fuß Länge und zwanzig bis dreißig Fuß Breite hat, darstellt. Der Fußboden kann von Dielen oder Steinplatten gemacht werden, der ganze Raum wird mit Schranken versehen und ist am Zweckmäßigsten überdacht. Zur Winterszeit werden diese Uebungen im Turnsaale gemacht.

Der Lehrer versammelt die Schaar seiner Schüler auf dem freien geebneten Uebungsplatze oder auf dem für Gemeinübungen im Freiturnen hergerichteten Turnboden. Ihr sollt Euch nun alle in einer Reihe geordnet aufstellen und zwar nach Größe, lautet die erste Aufforderung. Schon bringen die Schüler aus dem Leben Vorstellungen und selber Kunstfertigkeit sich zu reihen mit, der Lehrer unterstützt diese erste Ordnungsübung nur, indem er den Führer und rechten Flügelmann der Reihe selber unter den Anstelligsten auswählt und in streitigen Fällen die Einordnung eines Jeden in der Reihe bestimmt. Zuerst wird die Reihe in geschlossener Stirnstellung in einer geraden Linie geordnet.

Der Lehrer tritt nun vor die Reihe, stellt sich bei geschlossener Haltung der Beine und Arme in gerader Aufrichtung des Leibes auf und fordert die Gereihten auf, in gleicher Weise, wie Er selber sich zu stellen. Auch diese Fertig-

keit ist den meisten Schülern schon bekannt und der Lehrer gibt nur Nachhülfe bei Einzelnen. Sobald die Reihe geordnet steht, gibt der Lehrer derselben die Mahnung, daß Alle sich stille zu verhalten haben. Die Gründe, warum, finden die Schüler bald selber, und der Lehrer hat oft Gelegenheit, im Verlaufe der Uebungen die Bedeutung dieser Ordnung hervorzuheben. Der Befehl: Acht! — Steht!, wobei die Reihe in allen Gliedern das geordnete Verhalten der Stellung darstellt, wird dann in Wechsel gebracht mit dem Befehl: Acht! — Rührt Euch! wobei die Einzelnen der Reihe, bei loser Ordnung sich in Haltung und Stellung auf dem eingenommenen Stellungsorte verändern dürfen.

Haben die Schüler ihre Reihenstellung in Stirn erkannt, so stellt der Lehrer den Ersten der Reihe in die rechte Flanke und fordert Einen nach dem Andern auf, sich ebenso zu drehen und zu stellen. Die Schüler werden aufmerksam gemacht, einen Abstand von einander zu bewahren, der so groß ist, daß gerade ein in Flanke Gestellter den leeren Zwischenraum einnehmen könnte. Die Stellungen in Flanke und Stirn werden hierauf im Wechsel aufeinanderfolgend dargestellt, wobei der Lehrer die Ausführung an eine bestimmte Zeit knüpft, welche der Befehl gibt. Dieser lautet: Acht! — Stellt Euch in Stirn! — Stirn! und dann: Stellt Euch in Flanke! — Flank!. Bei diesen Stellungsveränderungen nimmt der Lehrer, Anlaß zu erklären, wie für die mögliche Rückveränderung der Flankstellung in Stirn, die oben bezeichneten Abstände nothwendig eingehalten werden müssen.

Die ganze Reihe, verkündet der Lehrer, soll jetzt in Ordnung gehen lernen. Es wird Flankstellung geboten, der Lehrer stellt sich an die Spitze des Zuges und befiehlt: Acht! — Vorwärts! — Marsch!. Alle Einzelnen in Reihenordnung folgen hierauf dem Lehrer auf dem Fuße. Dieser geht nun zuerst im Umzuge längs der geraden Schranken des Uebungsplatzes und mahnt die Nachfolgenden, strenge die gleichen Ganglinien einzuhalten, welche er selber einhält. Kommen

die Schüler seinem Befehle nach, so verläßt der Lehrer die mehr an den gegebenen Schranken des Platzes gleichlaufenden Ganglinien und bewegt sich in freieren geraden oder bogenförmigen Linien, welche erst leichtere, dann schwierigere Richtungswechsel für die nachfolgende Reihe darbieten, fort. Bald werden es Zickzackbahnen, bald Kreis- und Schlängelbahnen sein, welche der Lehrer mit der Reihe durchzieht und während des Gehens bezeichnet und benennt, damit die Schüler auch wissen, worauf es ankommt und was geübt und dargestellt wird.

Ist die Reihe einigermaßen geübt, dem Führer in einfacheren oder zusammengesetzteren Ganglinien zu folgen, so verbindet der die Reihe führende Lehrer mit dem bloßen Gehen in bestimmten Ganglinien noch andere zugeordnete Thätigkeiten. Er ruft z. B. den Nachfolgenden, namentlich, wenn diese sich in einer geschlossenen kreisförmigen oder geradelinigten Ganglinie bewegen und Alle einander sehen können, zu: Acht! Hände! — An! worauf Er selber und nach seinem Beispiele alle Gereihten die Hände an die Hüften zum Stütz bringen (mit Ristgriff); dann etwa: Arme! Auf! worauf mit dem Lehrer Alle die Arme aufgestreckt halten; dann: Arme! Vor! worauf Alle die Arme vorgestreckt halten; dann: Arme! Seit! worauf die Arme seitwärts gestreckt gehalten werden; dann: Arme! Ab! worauf die Arme in die ursprünglich abgestreckte, hangende Haltung zurückkehren. Diese Armthätigkeiten während des Gehens können in vielfach wechselnder Aufeinanderfolge befohlen werden und tragen sehr dazu bei, die Uebung der Reihe zu beleben. Hat der Lehrer die Befehle zu allen Veränderungen in der Thätigkeit der Arme während des Gehens zugleich mit Wort und sichtbarem Zeichen der eigenen Darstellung gegeben, so kann Er auch die Gereihten auffordern, alle Armübungen nur von Gesicht darzustellen, so, daß die Schüler stets das nachahmen, was der vorausgehende Lehrer thut. Leicht und schnell pflanzt sich jetzt eine jede Uebung auf die ganze Reihe

fort und der Lehrer kann bald beidarmig, bald nur rechts oder links eine Armhaltung angeben, bald zugleich rechts und links eine verschiedene Haltung der Arme zeigen. Die Schüler erlangen in kurzer Zeit die Fertigkeit das zu thun, was das Haupt den Gliedern vormacht.

Wenn diese Uebungen von der Reihe dargestellt worden, fordert der Lehrer die Schüler auf, mit den Beinen während des Gehens die Thätigkeiten zu äußern, welche er selber bezeichnen und ausüben werde. Auch hierbei umzieht die gehende Reihe eine geschlossene Ganglinie, so daß Alle den Führer sehen können. Dieser befiehlt nun: Acht! Stampft gleichzeitig je nur mit dem linken Beine während des Gehens! — Stampft!. Der Lehrer schreitet voraus und betont mit schallendem Tritte je den Schritt des linken Beines, während der Schritt je des rechten Beines in gewöhnlicher Weise ohne laute Betonung erfolgt. Dabei rufe der Lehrer bei jedem Stampfen des weiterschreitenden linken Beines laut und für Alle hörbar Links! — Links! — Links! und so fort. Viele Schüler haben schon Vorstellung oder selber Geschick im Taktgehen und folgen in geordneter Weise der Bewegung der Reihe, Andere finden sich bald oder später in diese Gangweise. Sobald der zum Führer der Reihe erkorene Schüler die sich stets erneuernde Ganglinie der umziehenden Reihe kennt, überläßt der Lehrer diesem die Führung der Reihe und stellt sich in die Mitte, um welche die Reihe sich bewegt. Hier sieht nun der Lehrer die ganze Reihe vorüberziehen und kann Nachhülfe geben, wo sie nöthig ist. Bald fordert Er die Schüler auf, laut und im Takte das: Links! Links! auszusprechen, bald thut Er es allein, während die Schüler schweigen und taktgehen. Mit dem bloßen Links! kann dann auch das: Links und Rechts! Links und Rechts! oder das Tritt und Schritt! Tritt und Schritt!, wobei das Wort Tritt je dem stampfenden linken Tritte zugeordnet wird, in Wechsel gebracht werden, oder der Lehrer fordert die Schüler auf, die Arme vor der Brust zum Hände-

klappen bereit zu halten und auf den Ruf: Klappt!, je gleichzeitig mit dem linken Beintritte zu klappen. Schüler, welche den Schritt nicht finden können, unterstützt der Lehrer, indem er dieselben am linken Oberarme erfaßt und durch ein rasches Rütteln zum Schritte bringt und nach Bedürfniß einige Zeit darin erhält. Es wird nicht lange währen, bis die Reihe mit Hülfe der bezeichneten Thätigkeit des linken Beines das Taktgehen, welches für Kinder wie für Erwachsene einen eigenen Reiz gewährt, erlernen. Was nicht in der ersten Uebungsstunde erreicht wird, verspart man auf die kommenden Uebungszeiten, die häufige Wiederholung führt auch hier wie überall, wo gelehrt und gelernt wird, zum sicheren Gelingen. In gleicher Weise, wie mit Hülfe des Stampfens mit dem linken Beine das Taktgehen vorbereitet wird, muß nun auch die Betonung des Trittes mit dem rechten Beine geordnet und geübt werden. Sobald das Taktgehen der Reihe einige Zeit lang gewährt hat, befiehlt der Lehrer Acht! Gehen außer Takt! — Marsch!, worauf die Gereihten innerhalb der Einreihung in willkührlicher Schrittfolge, was Zeit betrifft, gehen und zwar ohne das Betonen eines Trittes durch Stampfen. Im Wechsel mit diesem Gehen außer Takt wird dann wieder zugleich mit dem Stampfen eines bestimmten Trittes des linken oder rechten Beines das Taktgehen geboten; am Gegensatze der loseren Gangordnung wird das strenger geordnete Taktgehen leichter erkennbar.

Wenn die Fortbewegung der Reihe bisher geübt ward, so zeigt nun der Lehrer selber das Gehen an Ort, wobei die Beine sich im Scheingang bewegen, der Uebende unverrückt auf der Stelle bleibt. Sobald nun die Reihe vorwärts geht, wird befohlen: Acht! An Ort gehen! — Marsch! und die Gereihten üben auf der Stelle den bezeichneten Scheingang. Die Schüler müssen dabei angehalten werden, erst auf den Thatbefehl: Marsch! die Uebung auszuführen und so lange nur der Befehl der Ankündigung für die neue Uebung gegeben ist, die noch geltende und bestehende Uebung ohne Unter-

brechung fortsetzen. Es gilt dieß überhaupt bei allen durch Befehl an bestimmte Zeit gebundenen Wechsel der Uebungen. Acht! Vorwärts gehen! — Marsch! und dann wieder: Acht! An Ort gehen! — Marsch! kann dann aufeinanderfolgend angeordnet werden, nach längerer oder kürzerer Zeitdauer der einen oder andern Uebung. — An diese Uebungen reiht sich das Haltmachen zur Stellung, aus dem Gehen, welches der Lehrer zuerst vormacht und zeigt. Bewegt sich nun die Reihe wieder vorwärts, so wird befohlen: Acht! An Ort gehen! — Marsch! und dann: Acht! Haltmachen und auf Halt! links oder rechts Stampfen! — Halt!. Die Schüler erlernen auf diese Weise das gleichzeitige Haltmachen der Reihe sehr leicht und geht es einmal beim Gehen an Ort, so wird es auch während des Vorwärtsgehens geübt. Bald wird Halt während des Gehens außer Takt, bald während des Taktgehens angeordnet. Der Lehrer sieht darauf, daß je beim Halt die Gereihten die Stellung und Haltung einnehmen, welche bei Aufstellung der Reihe gefordert ward.

Die Reihe wird nun wieder in geschlossener Stirnstellung aufgestellt. Vom rechten Flügelmann und Führer werden alle der Reihe nach bis zum Letzten oder linken Flügelmann laut gezählt: Erster, Zweiter, Dritter und so fort. Dann prüft der Lehrer in mannigfacher Weise, ob ein Jeder seine besondere Einreihung (was Nebenleute betrifft) und seine Reihungszahl kennt und überhaupt seine Einordnung geschickt kund geben kann. Es wird zum Beispiel gefordert der Dritte, Siebente, Zwanzigste, oder nur deren Nebenleute sollen die Arme aufstrecken, oder alle Ungeraden sollen in Flanke treten oder auch nur die rechten Arme vorstrecken. Hat die Reihe in diesen Uebungen, welche sehr mannigfaltig und belebend getrieben werden können, Fertigkeit, so prüft der Lehrer die Geschicklichkeit in Einreihung und Stellung der Reihe in Stirn- und Flankordnung. Der rechte Flügelmann wird einige Schritte vorwärts geführt und vom Lehrer selbst z. B. in Stirn oder Flanke gestellt. Dann wird der Zweite, Dritte

und so fort bis zum Letzten, Einer nach dem Andern aufgefordert, sich diesem in geordneter Stellung anzureihen. Haben erst Einzelne sich schnell zu ordnen gelernt, so fordert der Lehrer je zwei, drei, vier und mehr Nebenleute auf, sich gleichzeitig in geordneter Stellung dem Führer und den bereits Gestellten anzureihen, bis die ganze Reihe steht. Ist auch diese Ordnungsübung gelernt, so befiehlt der Lehrer dem Führer der in Stirn gestellten Reihe mit drei Schritten vorwärts zu schreiten und in Stirnstellung Halt zu machen. Der Reihe nach sollen nun alle Einzelnen mit drei Schritten vorwärts gehen und sich links dem Führer in Stirnstellung anreihen. Der Lehrer unterstützt durch Eins-, Zwei-, Dreizählen die Uebenden und sucht diese Darstellung an bestimmtes Zeitmaß zu binden. Dabei kann auch noch das jeweilige Anschreiten mit dem linken oder rechten Beine zugeordnet werden, damit die Gewöhnung der Schüler in Gebundenheit an bestimmte Gliederthätigkeit und Zeitordnung immer mehr wachse. In gleicher Weise, wie zuerst die Einzelnen in gemessener Weise vorwärts schreiten und sich dem Führer in Stellung anreihen, können dann auch je Zwei, Drei und endlich zugleich alle Gereihten aufgefordert werden, in fester Ordnung zur Anreihung an den Führer und zur Stellung vorzuschreiten. Bei einiger Uebung kann die Zahl der Schritte für die sich nach dem Gehen in Stirn Ordnenden auf vier, fünf, sechs und mehr gesteigert werden, die Reihe lernt dabei zugleich sich im Stirnmarsch vorwärts zu bewegen, wenn auf Richtung- und Stellungnehmen dem Zwecke nach vorwaltende Uebung ist. Wie bisher stets der Führer zuerst gestellt ward, damit sich nach diesem die Andern links anreihen und ordnen, so kann der Lehrer auch den Siebenten, Neunten oder den Letzten nehmen als Maßgeber für die Anreihenden und vorstellen, wird aber hervorheben, ob sich die Uebenden je nach ihrer Einreihungsordnung links oder rechts von demselben zu reihen und zu stellen haben.

Nun kann die Reihe in mehrere, zwei, drei oder vier gleichzählige Reihen getheilt werden, so daß z. B. bei einer Reihe von sechsunddreißig Schülern, welche in drei Reihen getheilt werden soll, der Erste bis zum Zwölften die erste Reihe, der Dreizehnte bis zum Vierundzwanzigsten die zweite Reihe, und endlich der Fünfundzwanzigste bis zum Sechsunddreißigsten die dritte Reihe bilden. Wenn die Theilung vollzogen, werden die einzelnen Reihen wiederum eine jede für sich gezählt vom Ersten bis zum Zwölften, welche zugleich als rechte und linke Flügelmänner oder Reihenführer bezeichnet werden. Läßt sich bei einer Schülerreihe die Gesammtzahl durch die Theilungszahl nicht gleich theilen, so werden die Ueberzähligen den vollzähligen Reihen zugeordnet. Hierauf führt der Lehrer die zweite Reihe in Flankordnung vor die erste in Stirn stehende Reihe, so daß der Erste bis zum Zwölften, ein Jeder vor dem Gleichzähligen der ersten Reihe Stellung nimmt, worauf auch die zweite Reihe wie die erste in Stirn tritt und ebenso wird dann die dritte Reihe vor die zweite gestellt und geordnet, so daß die drei Reihen zusammen einen Reihenkörper*) bilden, welcher drei Glieder tief in Stirn steht. Der Lehrer bezeichnet nun die gesammte Gliederung des Reihenkörpers, in dem er die drei Reihen und zwölf Rotten, welche die tiefgestellten Gleichzähligen der Reihen bilden, besonders nennt. Dann prüft er die Schüler, ob sie das besondere Verhältniß ihrer Reihen- und Rottenordnung erfaßt haben. Es wird z. B. befohlen: Dritte Reihe in Flanke! — Flank!, dann: Zweite

---

*) Wir empfehlen bei Aufstellung der Schüler zu einem Reihenkörper, dessen Reihen in Tiefe stehen, die Ordnung, bei welcher die erste Reihe der Größeren das hinterste Glied, die letzte Reihe der Kleinsten das vorderste Glied bilden, darum, weil damit bei den Uebungen in der Aufstellung die Kleineren nicht von den Größeren verdeckt werden, Lehrer und Schüler am wenigsten gehindert sind, einander zu sehen.

Reihe in Flank! — Flank und endlich: Erste Reihe in Flank! — Flank!. Haben sich die Schüler in dieser erstgeordneten Gliederung anstellig gezeigt, so wird geboten: Erste Rotte in Stirn! — Stirn! dann dritte Rotte! — Stirn! Sechste Rotte! — Stirn! u. s. f. bis alle Rotten wieder Stirn stehen. Diese Uebungen der Prüfung der Ordnung können auch ausgedehnt werden auf die Einzelnen der Reihen und Rotten, so daß z. B. der Sechste und Eilfte der zweiten Reihe die Arme aufstrecken sollen, der Dritte der fünften Rotte die Arme vorstrecken soll, sobald der Befehl dazu auffordert. Selbst an bestimmte Zeiten kann die Uebung der Reihen- und Rottenglieder gebunden werden, und es kann zugleich an die verschiedensten kleineren oder größeren Glieder des Reihenkörpers der Befehl zu Uebungen verschiedener Art in getheilter Thätigkeit auffordern, welche auf ein Befehlszeichen gleichzeitig ausgeführt werden. Auf die lebendige Behandlung von Seite des Lehrers kommt dabei alles an. Die Uebungen des einigen Reihenkörpers, welche wir jetzt vornehmen, finden wenig Schwierigkeit mehr, wenn die oben bezeichneten Uebungen durchgebildet sind.

Der Reihenkörper wird nun in ähnlicher Weise in den beiden Stellungsveränderungen der Stirn und Flanke geübt, wie die Reihe und ebenso die Fortbewegung desselben in den verschiedenen Ganglinien im Gehen außer Takt und im Taktgehen. Es kommt dabei darauf an, die Schüler zu befähigen, die feste Ordnung in der jeweiligen Gestalt und Stellung des ganzen Körpers zu bewahren, überhaupt mehr Maaß in die Uebungen und Durchbildung übereinstimmender Thätigkeiten bei Allen zu entwickeln. Einige Beispiele solcher Uebungen wollen wir hier folgen lassen, der Lehrer kann nach Bedürfniß den Kreis derselben erweitern.

Sobald Reihen und Rotten geordnet sind, der Reihenkörper in Stirn steht, wird befohlen: Acht! Links stampfen! Stampft!. Der Lehrer läßt den Thatbefehl erst erfolgen, wenn er sich überzeugt hat, daß Alle zur Ausführung gerüstet sind,

was schon die Stellung Aller vorwaltend auf dem rechten Beine und das ganze Verhalten der Schüler kund gibt. Bei einiger Uebung und guter Leitung erfolgt die That Aller in einem Zeitpunkte. Dann: Rechts stampfen! — Stampft!. Oefter kündige der Lehrer nur einen Befehl, z. B. Links stampfen! an, ohne den Befehl der Ausführung folgen zu lassen und gebe, wenn die Schüler zur Ausführung gespannt und bereit sind, unerwartet einen neuen Ankündigungsbefehl, z. B. Rechts stampfen! — Stampft!. Es kommt eben darauf an, die Bereitschaft Aller zur geforderten That in mannigfacher Weise zu prüfen. Jetzt wird befohlen: Acht! Links, Rechts stampfen! — Stampft!. Bei diesen beiden aufeinanderfolgenden Uebungen kann der Lehrer die Zeiten, in welchen sie erfolgen sollen, durch eigene Darstellung den Schülern kund geben, oder er bezeichnet die beiden Zeiten durch Sprechen während des Befehles, wobei das Links und Rechts in rascherer oder langsamerer Folge zugleich das Zeitmaß angibt für die Ausführung. Ebenso können auch zwei, drei, vier und mehr Wechsel der Thätigkeit beider Beine geboten werden und damit, namentlich, wenn auch die gemessene Zeit streng gefordert wird, hat der Lehrer das sicherste Mittel, das Taktgehen Aller in größere Uebereinstimmung und Fertigkeit zu bringen. Dieses wird der Lehrer jetzt zur besondern Uebung machen und etwa so befehlen: Acht! Taktgehen an Ort! (in einem bestimmten Zeitmaße, das der Lehrer durch anschauliche Darstellung des Taktganges oder taktgemäßes Sprechen Links, Rechts u. s. f. angibt) Links antreten! — Marsch!

Die Schüler werden bei der Nachhülfe, welche der Lehrer durch das Taktsprechen Links! Rechts! den Gleichtritt des linken und rechten Beines, auch ohne die Betonung des Trittes des einen Beines einige Zeit lang einhalten. Es kann aber der Lehrer, sobald er Schwankungen in der Gleichübung Aller bemerkt, im Wechsel mit dem unbetonten Taktgehen auch wiederum während der Bewegung des Gehens befehlen:

Acht! Einmal links stampfen! — Stampft! worauf für Alle das Zeitmaß zugleich mit dem Gleichtritte des linken Beines erneuet ist. Ebenso wird während des Gehens befohlen: Acht! Einmal links, rechts stampfen! — Stampft! oder: Einmal links, rechts, links stampfen! — Stampft. Wie die linke, so kann auch die rechtseitige Betonung durch Stampfen befohlen werden, oder der Lehrer gebietet: Acht! Stampfgang im Takt! links antreten! — Marsch! wobei die Schüler sowohl den linken, als auch den rechten Tritt betonen und an dem hörbaren Taktschritt ihre Bewegung leicht im Einklang erhalten. Im Wechsel mit dem Stampfgang wird während des Gehens wiederum geboten: Acht! Taktgang ohne Stampfen! Links antreten! — Marsch! oder: Acht! Taktgang und nur links stampfen! Links antreten! — Marsch!

Wenn einmal Gleichtritt im Taktgehen geübt ist, so übt der Lehrer die beiden Stellungsveränderungen des Reihenkörpers in Flanke und Stirn auch während des Gehens desselben. Wenn z. B. der Reihenkörper in Stirnstellung geordnet im Taktgehen begriffen ist, befiehlt der Lehrer: Acht! In Flank! — Marsch!. Der Thatbefehl erfolgt rasch vor einem Tritte des linken Beines. Soll dann wieder die Rückveränderung in Stirnordnung erfolgen, so wird geboten: Acht! In Stirn! — Marsch!, wobei der Thatbefehl unmittelbar vor einem Tritte des rechten Beines erfolgt.

Der Lehrer stellt jetzt den Reihenkörper in Flanke und gebietet der führenden ersten Rotte stets die Ganglinie zu umziehen, welche längs der Schranken des Uebungsplatzes hinläuft. Damit bei der Fortbewegung des Körpers die Ordnung noch mehr Festigkeit erhalte und überhaupt die Darstellung eine Eigenthümlichkeit mehr darbiete, ordnet der Lehrer an: Acht! Die Gerotteten Arm in Arm! worauf je die Rotten sich durch die Arme fassen. Dann erfolge der Befehl: Acht! Links stampfen! Stampft!*)

*) Dieses lauttönende Zeichen, auf welches gewöhnlich eine lautlose Stille, im Gegensatze zu Lärm und Störungen aller Art,

Erst wenn allgemeine Sammlung und Stellung eingetreten ist, werden die allgemeinen Verhaltungsbefehle und auf diese folgend die besondern Befehle der Uebungen gegeben. Es kommt jetzt darauf an, daß der Reihenkörper in fester Reihen- und Rottenordnung sich in den verschiedenen Ganglinien fortbewegen lerne, wie die Reihe und während der Fortbewegung in gleicher Weise in Uebungen bethätigt werde. Wir geben hier beispielsweise eine Reihe von Befehlen, welche der Lehrer in noch freieren Wechsel bringen kann. Acht! Umzug auf der Bahn längs der Schranken! Taktgehen! Links antreten! Vorwärts! — Marsch!. Sobald der Körper im Gleichtritte und Gleichschritte geht, was bei der Nachhülfe, welche der Lehrer durch lautes Hervorheben des Zeitmaßes gibt, zu immer größerer Fertigkeit entwickelt wird, kann dann geboten werden: Acht! Fortgesetztes Stampfen je des linken Trittes! — Marsch!. Das Marsch! wird zugleich mit dem Niederstellen eines Schrittes des rechten Beines gerufen, damit Alle gleichzeitig das links Stampfen beginnen. Während der Fortbewegung rufe dann der Lehrer: Acht! Fortgesetztes Stampfen je des rechten Trittes! — Marsch!. Hierbei erfolgt der Thatbefehl zugleich mit einem Niederstellen des linken Stampftrittes. Bei guter Leitung lernen die Schüler diesen Stampfwechsel während des Gehens leicht. Aufs neue kann geboten werden: Acht! Taktgehen ohne Stampfen! — Marsch!, welches bei einem Niederstellen des linken Schrittes gerufen wird. Nach einiger Dauer des gewöhnlichen Taktgehens, wenn der Lehrer Schwankungen in dem-

---

eintritt, kann der Lehrer immer in Anwendung bringen, sobald er Stille, Sammlung und Achtsamkeit Aller für seine Anordnungen und Befehle verlangt. Wissen einmal die Schüler, was der Lehrer damit bezweckt, so gibt dasselbe ein sehr zu empfehlendes allgemeines Ordnungsmittel und zwar ein um so sicherer wirkendes, als die geforderte That zugleich den Reiz einer belustigenden Kraftäußerung mit sich bringt.

selben bemerkt, rufe er: Acht! Stampfgang! Links anstampfen! — Marsch! und bald wird sich die ganze Schaar wieder in Gleichschritt und Tritt gesammelt haben. Dann kann wiederum der Befehl erfolgen: Acht! Gewöhnlicher Taktgang! Links antreten! — Marsch!, oder anstatt dieser Uebung: Acht! Nur links (oder rechts) stampfen! — Marsch!. Ward durch die bisherigen Uebungen die Spannkraft der Schüler übermäßig angestrengt, so kann im Wechsel mit dem Taktgehen geboten werden: Acht! Gehen außer Takt! — Marsch!, wobei sich die Schüler in beliebigem Zeitmaße ihrer Schritte, wenn auch stets innerhalb der Reihen- und Rottenordnung fortbewegen. War bisher die Ordnung der Gerotteten durch Führung Arm in Arm eine äußerlich gefestigte, so können nun auch alle die vorausgenannten Uebungen, sobald geordnet ist: Löst die Arme! ohne dieses Hülfsmittel der Ordnung dargestellt werden, die Einzelnen haben damit wieder eine größere Achtsamkeit auf die Verhältnisse der Ordnung zu richten, die Aufrechthaltung derselben wird zur freieren Uebung gesteigert. Nach einiger Dauer des Gehens außer Takt wird wiederum das Taktgehen des Reihenkörpers geordnet und der Lehrer befiehlt: Acht! Gehen an Ort! — Marsch!, wobei gleichfalls das linke oder rechte Bein zum Antritte bestimmt wird. Dann: Acht! Vorwärts! — Marsch! und wiederum nach längerer oder kürzerer Zeit: Gehen an Ort! — Marsch!. Ferner wird zuerst während des Gehens an Ort und dann während des Vorwärtsgehens geboten: Acht! Auf Halt soll das linke Bein stampfen und zur Stellung mit dem rechten Beine schließen! — Halt!. Der Befehl Halt! erfolgt mit dem Niederstellen eines rechten Schrittes. Der Lehrer muß dieses Haltmachen häufig üben und stets bedacht haben, daß die Schüler vorbereitet seien auf diese Ausführung, welche bei dem schnellen Wechsel der Bewegung und Ruhe ein recht bildendes Mittel zur Selbstbeherrschung und ein Prüfungszeichen der Geistesgegenwart in den Gliedern sein kann. In gleicher Weise, wie oben die ein-

fache Reihe während des Gehens in Armübungen verschiedener Art bethätigt ward, können nun auch bei der Fortbewegung des Reihenkörpers diese Uebungen zugeordnet werden, wenn auch in einer Weise, welche das gemessene Thun der Arme mit der im Taktgehen gemessenen Thätigkeit der Beine in Verbindung bringt, wodurch die Stufe des Unterrichtes in diesen Uebungen eine fortentwickelte ist. Wir geben folgende Befehle als Beispiele. Nachdem wiederum der umziehende Reihenkörper im Takte geht, Alle im Gleichschritt sich fortbewegen, wird geboten: Acht! Einmal links stampfen und zugleich mit dieser Uebung Aufstrecken der Arme! — Marsch! was der Lehrer bei einem Niederstellen des rechten Beines rufen muß. Hierauf: Acht! Einmal links stampfen und gleichzeitig Vorstrecken der Arme! — Marsch! und dann! Acht! Fortgesetztes Stampfen links und Hände zum Hüftstütz! — Marsch!; ferner: Acht! An Ort gehen ohne Stampfen und Arme ab! — Marsch!, wobei der Lehrer den Thatbefehl beim Niederstellen des rechten oder linken Beines richten kann. Hierauf kann wieder folgen: Acht! Vorwärtsgehen, links antreten mit einem Stampfen und gleichzeitig Arm in Armfassen der Gerotteten! — Marsch!; und endlich: Acht! Auf Halt, links stampfen und Aufstrecken der Arme, oder Händeklappen! — Halt! Es braucht kaum bemerkt zu werden, wie sehr diese Uebungen, welche noch auf die verschiedensten Arten zusammengesetzt und in veränderter Aufeinanderfolge geordnet werden können, geeignet sind, die Gemeinthätigkeit Aller im Reihenkörper zu entwickeln, den Einzelnen gewandt zu machen in gemessenem Thun für sich und mit Andern.

Wenn bisher der Reihenkörper sich stets in der geschlossenen Ganglinie längs der Schranken des Uebungsplatzes fortbewegte, so kann jetzt die Fortbewegung desselben auch in frei erzeugten Ganglinien, z. B. in einer Kreislinie, Schlängellinie und andern Linien geordnet werden. Zugleich mit dieser schwierigeren Uebung der Fortbewegung in wech-

selnder Richtung der Ganglinie, wird dann auch der Wechsel in der Thätigkeit der Gehenden geübt, wie derselbe bereits auf der gewöhnlichen Umzugslinie dargestellt worden.

Bevor wir nun zu den Uebungen fortschreiten, wobei der Reihenkörper sich umgestaltet, und die Aufstellungsordnung, welche wir bisher fest eingehalten, in andere Ordnungen sich verändert, wollen wir einige Uebungen bezeichnen, wodurch die Schüler geprüft werden in der Fertigkeit des Ordnens in ihrer Einreihung und Aufstellung, wo die Schaar bezeugen soll, ob die Verhältnisse ihrer Zusammenhörigkeit auch noch dann innerlich fortbestehen und festgehalten werden, wann die Aufstellung des geordneten Reihenkörpers äußerlich vergangen ist. Sobald der Reihenkörper in Stirn steht, in der Gestalt seiner Gliederung in Reihen und Rotten, welche wir bisher stets vorausgesetzt, wird befohlen: Acht! Die erste Reihe löse sich auf! Auseinander! — Marsch! worauf die Einzelnen dieser Reihe ihre Ordnung brechen und sich auf dem Uebungsplatze zerstreuen. Dann folge der Ruf: Acht! Die erste Reihe ordne sich wieder in ihrer Aufstellung! — Stellt Euch!. In gleicher Weise wird dann der zweiten und endlich der dritten Reihe geboten, auseinander zu gehen und nach einiger Dauer der Auflösung wird wieder gerufen: Acht! Stellt — Euch!. Der Lehrer sieht darauf, daß dieß möglichst ohne Störung für die noch aufgestellten Reihen geschieht und sucht die Herstellung der Ordnung selbst an bestimmte Zeit zu knüpfen, indem er gebietet, es solle dieselbe erfolgen in der Zeit, in welcher er langsamer oder schneller Eins! — Zwei! und — Drei! zählt. Dann befiehlt der Lehrer: Acht! Erste und zweite Reihe löst Euch auf! — Marsch! und wiederum: Acht! — Stellt Euch!; ebenso: zweite und dritte Reihe löst Euch auf! — Marsch! und: Stellt Euch!; endlich: erste und dritte Reihe löst Euch auf! Marsch! und: Stellt Euch! Wie bisher Reihen sich aufzulösen und wieder zu ordnen hatten, so lasse der Lehrer jetzt auch die zwölf Rotten, zuerst nur einzelne und dann meh-

rere sich auf den Befehl lösen und wieder stellen. Wenn auch dieß vorgenommen worden, kann z. B. befohlen werden: Acht! die erste Reihe und sechste Rotte lösen sich auf! — Marsch!, oder die vier ersten Rotten und die dritte Reihe lösen sich auf! — Marsch! Ist dann die ganze Ordnung des Reihenkörpers wieder hergestellt, so kann der Lehrer in diesen Uebungen fortschreiten und gebieten: Alle! Löst Euch auf! — Marsch!, worauf gerufen wird: Acht! die dritte Reihe! — Stellt Euch!, dann: die zweite Reihe! — Stellt Euch! und endlich: die erste Reihe! — Stellt Euch, worauf der ganze Reihenkörper wieder in seiner gesetzten Aufstellung in Stirn geordnet steht. Auf's neue ergeht der Befehl: Acht! Alle löst Euch auf! — Marsch!, und dann: Acht! erste Rotte! — Stellt Euch! und sofort zweite, dritte, vierte bis zur zwölften Rotte. Auch bei diesen Uebungen kann die Wiederherstellung der Ordnung reihen- und rottenweise so geordnet werden, daß dieselbe in regelmäßiger Zeitfolge vor sich geht. Wenn bisher stets bei Sammlung der gelösten Rotten einzelne der Reihe nach aufgerufen wurden, so kann auch hierbei wie bei Sammlung der drei Reihen die Sammlung mit einer beliebigen andern als der ersten Reihe oder Rotte beginnen, auch können gleichzeitig mehrere Reihen oder Rotten zur Aufstellung gerufen werden oder zugleich einzelne Reihen und Rotten, wie z. B. Acht! dritte Reihe und sechste Rotte! — Stellt Euch! Sobald diese Uebungen der Lösung und Wiederherstellung der Ordnung, welche wie ein Spiel betrieben werden können, fertig dargestellt werden, so ist es ein Leichtes auf: Acht! löst Euch auf! — Marsch! die Ordnung Aller aufzuheben und nach längerer oder kürzerer Zeit dieselbe auf: Acht! — Stellt Euch! wiederherzustellen, wobei auch noch die Schnelligkeit der Ausführung durch Eins! Zwei! und — Drei! bestimmt werden kann.

Da sich beim Beginne jeder Turnstunde, auf ein gegebenes Zeichen, die Schüler auf dem festgesetzten Sammelorte aufzustellen haben, um dem Lehrer ihre Anwesenheit kund zu

geben, die Lücken der Abwesenden bemerklich zu machen und überhaupt die Anordnungen in Betreff der Uebungszeit von ihm zu vernehmen, so hat schon abgesehen von der selbstständigen Ordnungsübung diese Fertigkeit im Sammeln in geordneter Aufstellung ihre volle Bedeutung für das Beginnen des Unterrichtes in jeder Turnstunde.

Es kommt jetzt darauf an, den Schülern Anschauungen und Uebungen zu geben, wie sich die bisher geordnete Gestalt des Reihenkörpers in andere Gestalten verändern läßt. Dabei leitet der Lehrer selbst die Bewegungen und Stellungsveränderungen der einzelnen Reihen und Rotten so lange, bis die Schüler vertraut sind mit den besonderen Verhältnissen, welche die Umgestaltungen des Reihenkörpers herbeiführen und bedingen. Wenn die Schüler in der Ordnung des Reihenkörpers in drei Reihen, welche der Tiefe nach stehen, in Stirn gestellt sind, die erste Reihe das hintere Glied bildet, so kündigt der Lehrer an, es sollen jetzt die drei Reihen wieder in eine Reihe geordnet werden und zwar so, daß alle Reihen in Stirn stehen, die erste den rechten Flügel, die dritte Reihe den linken Flügel bilde, während die zweite Reihe die Mitte einnimmt. Da die Schüler diese Gestalt der Ordnung, die ursprüngliche, aus welcher wir zuerst die des in drei Gliedern tief gestellten Reihenkörpers abgeleitet, kennen, so hat die Rückveränderung in dieselbe wenig Schwierigkeit mehr. Der Lehrer befiehlt nun: Acht! zweite Reihe in Flanke! — Flank!, stellt sich an deren Spitze und führt dieselbe um eine Reihenbreite vorwärts, gebietet dann: Halt! — Stirn! und fordert nun diese Reihe auf, vorzuschreiten in die Stellungslinie der dritten Reihe. Ebenso wird die erste Reihe um zwei Reihenbreiten vorwärts geführt, in Stirn geordnet und aufgefordert, sich in gleicher Stellungslinie mit der zweiten und dritten bereits geordneten Reihe zu richten, wobei der Lehrer das Ordnen der Schüler in jeder Weise unterstützt. Sobald nun der Reihenkörper in Linie in Stirn steht, spricht der Lehrer die Ab-

ſicht aus, daß nun wieder die drei-glieder-tiefe Aufſtellung hergeſtellt werden ſolle. Es wird geboten: Acht! die zweite Reihe in Flanke! — Flank! und dieſe folgt dem Lehrer, welcher dieſelbe vor die erſte Reihe führt und wiederum in Stirn ordnet, nachdem er bedeutet hat, daß die Gleichzähligen der zweiten Reihe vor denen der erſten Reihe ſich aufzuſtellen haben. Dann wird ebenſo die dritte Reihe vor die zweite geführt und in Stirn geordnet und die Aufſtellungsordnung in Reihen und Rotten iſt wieder hergeſtellt. Haben einmal die Schüler einige Fertigkeit erlangt, dieſe beiden Aufſtellungsarten des Reihenkörpers auf die bezeichnete Weiſe aufeinanderfolgend die eine in die andere zu verwandeln, ſo kann dieſe Uebung zugleich mit dem Umzug Aller in der längs den Schranken fortlaufenden geſchloſſenen Bahn beginnen und nach Vollbringung des Umzuges enden, oder die Verwandlung der einen Reihenkörpergeſtalt in die andere erfolgt während des Umzugs. Wir wollen vorerſt den erſtgenannten Fall betrachten. Geſetzt der Reihenkörper ſteht in der drei-glieder-tiefen Ordnung in Stirn, ſo wird befohlen: Acht! Stellt Euch in Flanke! — Flank! und hierauf: Acht! erſte Reihe im Umzug vorwärts! — Marſch!. Sobald die erſte Reihe ſich fortbewegt, wird dann geboten: zweite Reihe! ſchließt Euch der erſten Reihe an! — Marſch!, wobei der Thatbefehl gerufen wird, ſobald der Letzte der erſten Reihe an dem Erſten der zweiten Reihe vorübergezogen iſt. Dann wird wiederum befohlen: dritte Reihe! ſchließt Euch der zweiten Reihe an! — Marſch! Die drei Reihen bilden jetzt eine Reihe in Flankordnung. Noch während des Umzugs ruft der Lehrer: Acht! Aufſtellung auf dem Sammelorte in der Ordnung der drei tiefgeſtellten Glieder! Wenn nun die Umzugslinie von der erſten Reihe durchgangen iſt, wird gerufen: Acht! erſte Reihe! an Ort gehen! — Marſch!, worauf die zweite Reihe links von der erſten, die dritte Reihe links von der zweiten Reihe zur Stellung ſich anreiht, und endlich der ganze Reihenkörper auf: Acht! — Halt! in der be-

abſichtigten Ordnung ſteht. Bei Anfängern muß der Lehrer in jeder Weiſe Hülfe geben, aber ſelbſt die jüngern Schüler finden ſich bald in dieſe Ordnungsübung. Nun befiehlt der Lehrer, nachdem er verkündet hat, nach vollbrachtem Umzuge ſolle ſich der Reihenkörper auf dem Sammelorte in einer Reihe in Stirn aufſtellen, wiederum: Acht! Umzug! Vorwärts! — Marſch!. Sobald der Aufſtellungsraum erreicht iſt, welchen bei der beabſichtigten Aufſtellung in einer Reihe, die dritte Reihe einzunehmen hat, befiehlt der Lehrer: Acht! dritte Reihe in Stirn! — Halt! und: zweite Reihe! ſchließt Euch in Stirn der dritten rechts an! — Halt! wobei der Thatbefehl erſchallt, ſobald der Letzte der zweiten Reihe an dem Erſten der dritten Reihe vorübergezogen iſt. Hierauf wird befohlen: erſte Reihe! ſchließt Euch in Stirn der zweiten Reihe rechts an! — Halt!, worauf Alle in einer Reihe in Stirn ſtehen.

Betrachten wir nun den zweiten Fall, wobei die Umgeſtaltung des Reihenkörpers während der Fortbewegung im Gehen erfolgt. Wenn der Reihenkörper wieder in drei tief geſtellten Reihen in Stirn geordnet ſteht, ſagt der Lehrer den Schülern, daß jetzt während des Umzuges die Umgeſtaltungen in eine Reihe und aus dieſer die Rückveränderung in den dreigegliederten Körper, deſſen Rotten gereiht ſtehen, vor ſich gehen ſollen. Wir geben auch hier die Anordnung in Form des Befehles, weil wir immer vorausſetzen, es werde der Lehrer, wo es nöthig iſt, Erläuterungen und Erklärungen beifügen. Auf den Befehl: Acht! in Flanke! — Flank! und den nachfolgenden: Umzug! Vorwärts! — Marſch! bewegt ſich der Körper fort. Nun ruft der Lehrer: Acht! bildet eine Reihe! — Marſch!. Mit verlängerten Schritten ſchreitet nun die erſte Reihe an der im mäßigen Schritt fortziehenden zweiten Reihe links vorüber und vor dieſe zieht und zwar ſo, daß ſie in die Ganglinie der zweiten Reihe ſeitwärts links einbiegt und nach wiederkehrender Mäßigung ihrer Schritte führende Reihe wird, während zugleich die

dritte Reihe ihre Schritte verkürzt, so lange, bis die zweite Reihe an ihr vorübergezogen ist. Ist der Letzte der zweiten Reihe an dem Ersten der dritten Reihe vorübergezogen, so biegt die ganze dritte Reihe seitwärts rechts in die Ganglinie der zweiten Reihe ein und bringt auch ihre Schritte wieder in übereinstimmendes Maß mit den Schritten der vorausgehenden Reihe. Der Lehrer lasse nun die Reihe, nachdem dieselbe sich umgestaltet, in der gesetzten Umzugslinie fortgehen, was durch den Befehl: Fortgesetzter Umzug! angeordnet wird und verkünde dann nach längerer oder kürzerer Fortbewegung, es solle während des Gehens die dreigegliederte Ordnung der geschlossenen Rotten wiederhergestellt werden. Nun folgt der Befehl: Reiht Euch zu drei Gliedern (in zwölf Rotten) auf! — Marsch! worauf die erste Reihe in gleichmäßigen Schritten ihre Ganglinie einhält, die beiden folgenden Reihen aber ihre Schritte verlängern und seitwärts links von der ersten Reihe in eine Ganglinie einbiegen, welche seitlings von der Ganglinie der ersten Reihe hinläuft. Sobald nun die Gleichzähligen der zweiten Reihe sich mit jenen der ersten Reihe gerottet haben, bringt die zweite Reihe ihre Schritte wieder mit denen der ersten Reihe in Uebereinstimmung, die dritte Reihe aber biegt nun auch seitwärts links in eine Ganglinie seitlings von der der zweiten Reihe ein und verlängert ihr Schrittmaß so lange, bis auch ihre Gereihten mit den Gleichzähligen der andern Reihen gerottet sind. Bei einiger Nachhülfe und mehrmaliger Uebung wird auch dieses Umgestalten des Reihenkörpers während des Gehens den Schülern bald leicht und der Lehrer kann jetzt die verschiedenen Ordnungsveränderungen im Taktgehen, namentlich wenn das Betonen der linken Tritte mit Stampfen geordnet wird, darstellen lassen und überhaupt alle die Thätigkeiten und Uebungen mit demselben in Verbindung bringen, welche wir bisher aufgeführt haben.

Der Lehrer ordne nun wieder alle Schüler zu einer Reihe in Stirn und verkünde, nachdem durch den Befehl: Acht!

Rechts stampfen! — Stampft! Sammlung und Stille eingetreten ist, es solle jetzt gelaufen werden. Er zeige selber, indem er sich längs der Stirn der Reihe bewegt, den Unterschied zwisch.n Gehen und Laufen, wobei er die hüpfende Bewegung des Laufens als besonderes Merkmal hervorhebe. Beide Bewegungen, Laufen und Gehen, übe er in entschiedenem Wechsel und mache anschaulich, wie sowohl beim Gehen, als auch beim Laufen die Zeitfolge der Schritte eine langsamere und schnellere sein kann, wie bei beiden Uebungen die Schrittlänge und Schrittdauer unabhängig von einander sind, indem größere und kleinere Schritte in größeren oder kleineren Zeitabschnitten aufeinander folgen können. Dann aber zeige er wiederum, wie auch die Laufschritte in gleiches Zeitmaß, zum Taktlaufen geordnet werden können und bestimme für die kommenden Uebungen die Geschwindigkeit der Laufschritte doppelt so groß, als die des Taktganges, dessen Rhythmus bei mäßigem Zeitmaß der Geschwindigkeit bei den Schülern bereits als bekannt vorausgesetzt wird. Nach diesen Vorbemerkungen und anschaulichen Uebungen, welche der Lehrer lebendig und anregend geben muß, ohne kleinliche und steife Erklärungssucht, stellt sich derselbe wiederum an die Spitze der Reihe, welche vorher in Flanke geordnet wird und gebiete: Vorwärts! — Marsch!, die Reihe folgt dem Lehrer in fortgesetztem Umzug durch die bekannte geschlossene Ganglinie. Der führende Lehrer verkündet während des Gehens laut und vernehmlich, es solle jetzt gelaufen werden und zwar ohne Gebundenheit an ein bestimmtes Zeitmaß der Laufschritte, aber stets in fester Ordnung in der Folge der Gereihten, bei unverrücktem Einhalten der Lauflinie, welche er selber durchläuft. Auf den Befehl: Acht! — Lauft! beginnt der Lehrer und mit ihm die ganze Reihe den Lauf. Der Lehrer wacht vorerst nur darüber, daß die gesetzte Anordnung befolgt wird und daß namentlich nicht durch Drängen die Fortbewegung ins Stocken geräth. Bei einiger Uebung finden die Schüler selber, was in Betreff der unge-

störten Darstellung dieser Uebung zu thun und zu lassen ist, der Lehrer mahnt und warnt erst dann am gelegensten vor Verstößen, wenn die Schüler die übeln Wirkungen derselben wahrnehmen und selber erfahren. Nachdem der Lauf einige Zeit fortgedauert, wird geboten: Acht! Gehen! — Marsch! Der Lehrer stellt bei dem mit dem Laufen wechselnden Gehen die zum Theil gebrochene Ordnung der Reihe wieder her und die Schüler können dabei zugleich wieder ruhiger athmen, und die Verhaltungsbefehle des Lehrers und sonstigen Bemerkungen desselben entgegennehmen. Wenn bisher die regelmäßig wiederkehrende Umzugslinie durchlaufen wurde, so wähle jetzt der Lehrer bei erneuertem Laufe zusammengesetztere gerade und kreisförmige Lauflinien, wie die Schüler dieselben bereits beim Gehen kennen gelernt haben. Wird Reihenordnung und Lauflinie von den Laufenden einmal fertig eingehalten, so kann der Lehrer alsbald znm Taktlaufen fortschreiten. Nachdem die Reihe sich einige Zeit in mäßigem Taktgehen in der gewöhnlichen Umzugslinie fortbewegt hat und zwar mit Betonung der linken Tritte, rufe der Lehrer: Acht! Taktlauf! links antreten und links stampfen! — Lauft!. Dieser Befehl „Lauft!" erfolgt bei einem Niederstellen des rechten Beines, worauf der Lehrer Zeitmaß, Rhythmus und Schrittmaß der Laufschritte an sich selber anschaulich macht und selber für die größere Hervorhebung der bestimmt gemessenen Thätigkeit, bei jedem linken Tritte laut: Links! Links! und so fort ruft. Wenn auch anfangs Viele die Uebung verfehlen, so gewinnt doch mit jedem neu den Taktlauf Erlernenden und Darstellenden die Gemeinthätigkeit an Kraft, welche bald die ganze Reihe zur fertigen Ausübung hinreißt, bis endlich, nach oft wiederholter Arbeit, diese Laufkunst von Allen in gemessener Weise geübt wird. Ueberdieß bemerken wir, daß der Lehrer bei den Uebungen dieser Altersstufen mit Geduld die Erfolge in den Leistungen der Schüler zu erwarten hat, wenn auch bei geschickter Behandlung

des Unterrichtes, selbst dieses Alter oft die Stufe und den Kreis der gesetzten Uebungen zu übereilen droht.

Wenn das Einhalten der Ordnung im Taktlauf zu einiger Fertigkeit gebracht ist, so können in gleicher Weise, wie beim Taktgehen, verschiedene Thätigkeiten und Uebungen, wie z. B. das Stampfen des rechten Beines, der Wechsel des Stampfens des einen Beines mit dem Stampfen des andern Beines, das Stampflaufen und mit diesem abwechselnd das gewöhnliche Laufen, dann das Laufen an Ort im Wechsel mit dem Vorwärtslaufen und endlich das Haltmachen während des Laufens geboten werden. Die Anordnung des Befehles, von der die gemessene Thätigkeit Aller abhängig ist, kann hierbei leicht nach den beim Gehen gegebenen Beispielen getroffen werden. Einige Schwierigkeit gibt der Wechsel des Taktgehens mit dem Taktlaufen, der Lehrer aber kann auch hier bei gewandter Leitung schnelle Erfolge erreichen. Er befehle der einen in Flanke geordneten Reihe: Acht! Taktgehen und links stampfen! Vorwärts! — Marsch!. Dabei bezeichne der Lehrer ein mäßiges Zeitmaß der Schritte und rufe dann, sobald Alle Gleichschritt haben: Acht! Taktlaufen und links stampfen! — Lauft! der Lehrer gibt das Zeitmaß der Laufschritte durch lautes Rufen: Links! Links! und so fort, oder begleitet durch eine hüpfende Singweise in $^2/_4$ Takt die Bewegung des Laufens, indem er die guten Takttheile rhythmisch betont. Bei einiger Uebung lernen so die Schüler in leichter Weise den Wechsel vom Gehen zum Laufen, wobei, wie bereits bemerkt, die Schritte doppelt so schnell erfolgen sollen, als beim Gehen und der Lehrer schreitet fort zur Uebung des Wechsels aus dem Taktlauf zum Taktgehen. Hierbei kommt viel auf den zeitgemäßen Ruf des Thatbefehles an. Ist z. B. die Reihe im Taktlauf begriffen, so wird gerufen: Acht! Wechselt zum Taktgehen, links antreten und stampfen! — Marsch! Das „Marsch" erfolgt hier zugleich mit dem Niederstellen des Beines, in diesem Falle des linken, welches den ersten Schritt im Taktgehen auszuführen hat.

Es hat dieß seinen Grund in der Zeit, die erforderlich ist für das Uebergehen aus einer schnelleren Bewegung in die gemäßigtere. Diese Zeit des Ueberganges erfüllt gerade der letzte Laufschritt des rechten Beines, in ihr kann sich der aus dem Lauf zum Gehen sich Bewegende am Gemessensten bereiten für den bestimmten ersten Schritt des Taktgehens.

Wie wir beim Taktgehen verschiedene Thätigkeiten der Arme, welche bei ihrer Ausführung an die gemessene Bewegung der Beine gebunden wurden, geordnet haben, so können dieselben in gleicher Weise auch in Verbindung mit dem Taktlaufen gebracht werden, wir erinnern nur an das Arm-auf-, vor- und seitstrecken, an den Hüftstütz der Hände und an das Händeklappen.

Nun kann auch die Umgestaltung der einen Reihe zu einem Reihenkörper von drei Gliedern, in der Weise, wie wir dieselbe im Gehen beschrieben haben, während des Laufens dargestellt werden. Wenn die in Stirn gestellte eine Reihe ihren gewöhnlichen Aufstellungsort eingenommen, so kann der Lehrer z. B. verkünden, die Reihe solle in Flankordnung ihrem Führer folgend die Umzugslinie durchlaufen, anfangs außer Takt, dann auch im Taktlauf, um wieder auf dem Sammelorte sich in Flanke oder Stirn aufzustellen. Dann kann der einen Reihe geboten werden: Acht! Taktlauf, links antreten und stampfen! Umzug und Anreihen in Tiefen-Aufstellung der drei Glieder in Flanke (oder Stirn) auf dem gewöhnlichen Sammelorte! — Lauft! worauf die Reihe sich fortbewegt und nach durchzogener Lauflinie, auf dem kaum verlassenen Orte der Aufstellung als tiefgestellter Reihenkörper aufläuft. Nach einiger Zeit der Rast, kann dann befohlen werden: Acht! Taktlauf, links antreten und stampfen! und nachdem der Reihenkörper in Flanke gestellt ist, ruft der Lehrer, welcher voraus verkündet hat, daß der Reihenkörper sich durch Ablaufen der einzelnen Glieder in eine Reihe umsetzen solle, um nach dem Umlauf der gewöhnlichen Linie

wieder in der Tiefen-Aufstellung der drei Glieder an dem kaum verlassenen Orte der Aufstellung aufzulaufen: Erste Reihe! — Lauft! und dann: Zweite Reihe! — Lauft! und endlich: Dritte Reihe! — Lauft!. Das „Lauft!" muß beim Ablaufen der zweiten und dritten Reihe in dem Zeitpunkte erfolgen, in welchem der Letzte der vorauslaufenden Reihe an dem Ersten der nachlaufenden Reihe vorbeizieht und zwar zugleich bei einem rechten Laufschritte der im Takte bereits sich fortbewegenden Reihen. Der Reihenkörper durchzieht nun in eine Reihe verwandelt die Umzugslinie, gestaltet sich aber am gewöhnlichen Aufstellungsorte wieder um in die Tiefen-Ordnung der drei Reihen, welche auch hier in aufeinander folgenden Zeitabschnitten sich anreihend auflaufen zur gesetzten Aufstellung. Der Lehrer kann bei der zuletzt gegebenen Uebung, schon beim Beginnen derselben alle Reihen zugleich in den Taktlauf versetzen, mit der Weisung, daß die nachlaufenden Reihen, bis zum Abzug der vorauslaufenden an Ort laufen und erst, wenn dieser erfolgt, vorwärts laufen sollen, weil in diesem Falle der Taktlauf Aller zum Voraus gesichert wird. Ebenso kann dann auch beim Auflaufen zur Aufstellung geordnet werden, daß die zuerst an dem Orte der Sammlung ankommenden Reihen, an Ort den Taktlauf fortsetzen, bis alle Reihen sich angereiht haben, der Lehrer das: Acht! — Halt! gebietet. Wenn nun der dreigegliederte Reihenkörper in Flanke gestellt ist, so verkünde der Lehrer, es solle nun in fester Ordnung der Gereihten und Gerotteten im Taktlauf der Umzug vor sich gehen, am Sammelorte aber sollen die Reihen wiederum in eine Reihe, welche in Stirnstellung oder in Flankstellung geordnet ist, auflaufen und zwar so, daß die dritte Reihe zuerst, dann die zweite Reihe und zuletzt die erste Reihe zur Aufstellung sich sammelt. Nun wird befohlen: Acht! Taktlauf und links antreten! — Lauft! Sobald nun der Reihenkörper den Umzug bis zu dem Orte zurückgelegt, auf welchem, bei Aufstellung in einer Reihe der linke Flügel steht, wird gerufen: Dritte Reihe! — Halt!

Stirn! (oder wenn die Stellung in Flanke beabsichtigt wird, nur: Halt!) dann: Zweite Reihe! — Halt! und endlich: Erste Reihe! — Halt!, worauf nacheinander die zweite und erste Reihe sich nach der dritten zuerst gestellten Reihe ordnen und stellen. Auch hierbei kommt viel auf den zeitgemäßen Ruf des „Halt!" von Seite des Befehlenden an, wenn die nacheinander auflaufenden Reihen ihre Uebung geschickt ausführen sollen. Der Lehrer kann zur Belebung und Sicherung genauerer Ordnung fordern, es sollen je die Reihen, welchen Halt geboten wird, laut das gegebene Befehlswort wiederholen, so daß sich die Befehligten selber vernehmlich zu machen haben, in einer Weise, welche die Schüler belustigt. Zudem kann auch noch geordnet werden, daß je die zu einer Reihe aufgelaufenen Nebenleute (bei Stirnstellung) sich Arm in Arm fassen, oder daß beim Auflauf in Flankstellung je die Hinterleute ihre Hände auf die Schultern der Vorderleute auflegen. Wie bisher die Umgestaltungen des Reihenkörpers durch Laufen der Reihen aus und zu einer Aufstellungsart geübt wurden, so können dieselben nun auch während der Fortbewegung des Reihenkörpers im Laufen dargestellt werden. Wir verweisen bei Anordnung dieser Ordnungsübungen auf die Beispiele oben, wo diese Veränderungen während des Gehens beschrieben sind, die besondere Behandlung der Befehle ist aus den vorausgeschickten Befehlen für Laufende leicht zu entnehmen.

Wir wollen hier noch eine Art der Umgestaltung des Reihenkörpers, welche zuerst im Gehen und dann auch im Laufen geübt werden kann, folgen lassen. Bisher wurden bei den Ordnungsveränderungen des Reihenkörpers stets nur die Reihen als die Glieder betrachtet, welche ihr Stellungsverhältniß unter einander veränderten, während die Rotten als selbständige Glieder, welche auch ihre Ordnung umsetzen können, weniger in Betracht kamen. Die nun folgenden Uebungen haben die Bedeutung, daß die Rottenglieder des Reihenkörpers bei dessen Umgestaltungen wesentlich betheiligt

werden sollen, damit auch die Freiheit dieser Glieder im ganzen Ordnungsverein der Schüler hervortrete. Der Lehrer stelle die drei Reihen der Tiefe nach in Stirn und verkünde, es solle nun der Reihenkörper in eine Reihe verwandelt werden, welche aus den zwölf Rotten, in deren Zahlenfolge, zusammengesetzt ist. Nach Anleitung des Lehrers und nachdem der Körper in Flanke geordnet worden, geht nun der Erste der ersten Reihe, welcher zugleich der Erste der ersten Rotte ist, gerade vorwärts und schreitet in der gewöhnlichen Umzugslinie weiter, der Zweite und Dritte der ersten Rotte, welche zugleich Führer der zweiten und dritten Reihe sind, biegen schräg vorwärts rechts in die Ganglinie des Führers ein, so daß die Gehenden in Flanke geordnet sind. Sobald die erste Rotte abgezogen ist, folgt in gleicher Weise der Erste, Zweite und Dritte der zweiten Rotte und diese schließt sich der vorausgegangenen Rotte an, worauf die dritte Rotte und alle übrigen aufeinanderfolgend bis zur letzten Rotte sich anreihen und der ganze Rottenkörper als eine Reihe den Umzug macht. Noch bevor die Reihe auf den Sammelort zurückgekehrt ist, ordnet der Lehrer, daß alle zwölf Rotten, eine jede sich wieder zur Aufstellung in Stirn der Tiefe nach reihen sollen, so daß die Ordnung des Körpers, aus welcher die Umgestaltung desselben in eine Reihe hergeleitet ward, wieder hergestellt wird, die drei ursprünglichen Reihen oder Glieder neben einander gereiht, in Flanke stehen. Nach Leitung und mit Hülfe des Lehrers macht nun nach vollendetem Umzuge der Erste der ersten Rotte Halt, der Zweite und Dritte reihen sich links an denselben in Stirn, worauf Rotte um Rotte in gleicher Weise sich rücklings von der vorausgestellten Rotte in gleicher Weise ordnet, bis die beabsichtigte Gestalt des Körpers zu Stande kömmt. Soll nun der so geordnete Körper sich nach einem Umzuge wieder in eine Reihe umsetzen, welche, wie oben geschehen, aus Rotten zusammengesetzt ist, so gebietet der Lehrer noch vor zurückgelegtem Umzuge, eine Rotte nach der

andern, mit der ersten Rotte beginnend, soll in Flanke, je dem Ersten einer jeden Rotte sich anreihen. Dabei läßt der Lehrer den ganzen Reihenkörper an Ort gehen und fordert eine Rotte nach der andern bei ihrer Zahl auf, vorwärts zu gehen und zwar so, daß je der Erste derselben vorausgeht, während der Zweite und Dritte seitwärts rechts in des Ersten Ganglinie einbiegen und in Flanke ihm folgen. Wenn der Lehrer mit Rücksicht auf den nothwendigen und gewohnten Sammelort, an welchem sich die eine Reihe aufstellen soll, verfahren will, so muß er vorausberechnen, in welchem Zeitpunkte er, zu Entwickelung der hier bezeichneten Umgestaltung, das Gehen an Ort befiehlt.

Eine andere Ordnungsveränderung kann nun vorgenommen werden, nämlich die, wobei die aufgestellte aus Rotten gereihte eine Reihe nach einem Umzuge wieder in den ursprünglichen Reihenkörper der drei tief, in Stirn gestellten Reihen umgestaltet wird. Der Reihe wird zum Umzuge geboten. Vorher verkündet der Lehrer den Schülern, wie nach der Wiederkehr auf dem Sammelorte, alle einzelnen Rotten sich wieder links von je dem Ersten einer jeden Rotte anzureihen und alsbald in Stirn zu ordnen haben, ein Jeder mit seinem Nebenmann der ursprünglichen Reihe. Sobald nun der Reihenführer mit der Spitze seines Zuges auf den Ort der Aufstellung angekommen, ruft der Lehrer: Stellt Euch in drei Reihen in Stirn! — Stirn!, worauf die Zweiten aller Rotten vor die Ersten der Rotten, die Dritten aller Rotten vor die Zweiten sich stellen, die mit dem Aufreihen der Rotten immer wachsenden Reihen endlich in Stirnstellung die beabsichtigte Stellung des Reihenkörpers einnehmen. Wenn einmal die Darstellung dieser Aufstellungswechsel von den Schülern aufgefaßt worden ist, so können dieselben zuerst im Taktgehen und dann auch im Taktlauf geübt werden, nur muß dabei der Lehrer den Befehl in geschickter Weise handhaben, damit die gemessene Thätigkeit des Körpers und der Glieder in bestimmter Weise ungehemmt erfolgen kann, die

Ausführung nicht gestört wird durch die Unbehülflichkeit des Ordners selbst.

Bevor wir nun in den Gemeinübungen der Gliederungen unserer Schülerabtheilung weiter schreiten, wollen wir die Arbeit des Unterrichtes, welche bisher vorherrschend auf die Durchbildung Aller gerichtet war, theilen, wir wollen Uebungen folgen lassen, bei welchen die Einzelnen mehr ins Auge gefaßt werden, wo diese kleinsten Glieder des zu bildenden Körpers der Schülerabtheilung in ihrer Selbständigkeit gefördert werden, wo mehr der Einzelne als solcher unterrichtet wird, wenn auch im Vereine mit den Genossen und bei ungelösten Beziehungen zu der Ordnung Aller.

Die Schüler werden in einer Reihe in Stirn aufgestellt. Der Befehl: Acht! Rechts stampfen! — Stampft! stellt die Sammlung Aller her. Nun verkündet der Lehrer, es sollen die Einzelnen geprüft werden, ob sie das bereits in der Gemeinübung mit Andern Erlernte auch ein Jeder für sich darstellen können. Der Lehrer, welcher sich bei den vorausgegangenen Uebungen schon überzeugen konnte, welche Schüler Fertigkeit in der Darstellung der Uebungen haben und welche noch ungeschickt sind, wendet sich nun der Reihe nach an alle Einzelnen und fordert sie auf zu Darstellungen, wie sie bisher im Stehen, Gehen und Laufen geübt worden sind. Bald läßt er die gleiche Uebung von Allen machen, bald wechselt er mit der Wahl der Uebungen bei jedem Einzelnen. Hat es sich ergeben, daß besondere Uebungen ungenügend ausgeführt werden, so können diese jetzt vornehmlich von Einzelnen erlernt werden. Sind einzelne Schüler da, welchen die Darstellung bestimmter Uebungen nicht gelingt, so können auch nur diese Schüler besonders in diesen Uebungen unterrichtet werden. Auch kann der Lehrer, um einen großen Wechsel von Uebungen vorzuführen, wobei zugleich die Absicht verfolget wird, außer der Reihe, Einzelne zu bethätigen, namentlich die unaufmerksameren Schüler, bald diese oder

bald jene Uebung anordnen. Wenn auch dieser Unterricht vornehmlich mit dem Einzelnen sich befaßt, so muß gleichwohl der Lehrer denselben so zu leiten verstehen, daß er auch seinen belehrenden Einfluß auf die übrigen Schüler nicht verfehlt, denn diese sollen in ihrer Achtsamkeit, wenn sie auch in loser Ordnung gestellt sind, nicht matter werden und der Lehrer wird die Zuschauenden durch Fragen aller Art, welche in Beziehung zu den gerade Uebenden und seiner Uebung stehen, geistig mit betheiligen und mit Heranbildung ihrer Beurtheilungkraft der Darstellungen Anderer, zugleich die fruchtbare Rückbeziehung des Erschauten auf sie selbst leiten und entwickeln. Bei der Einzelübung wird es sich nun zeigen, wie in der Schule der geordneten Gemeinübung die Einzelnen erstarkt sind, wie geschickt dieselben ohne Anregung und Anschauung der Mitübenden selbständig und gemessen die geforderten Leistungen ausführen, sei es beim Stehen in geordneter Stellung und den beiden Stellungsveränderungen in Stirn und in die rechte Flanke, oder bei den Uebungen des Stampfens mit dem bestimmt benannten rechten oder linken Beine und bei den verschiedenen Armthätigkeiten, welche für sich oder zugleich mit Beinübungen verbunden, geboten werden. Insbesondere aber sollen nun auch die Einzelnen bewähren, ob sie bestimmte gerade und kreisförmige Ganglinien im Gehen einzuhalten gewandt sind, ob sie während des Gehens ein bestimmtes Zeitmaß der Schritte gleichmäßig und bestimmt befolgen und durch namhaft auf linkes oder rechtes Bein geordnetes Stampfen die rhythmische Betonung des Taktganges hervorheben können und ob sie endlich auch während des Laufens eine frei geordnete Thätigkeit, wie beim Gehen, auszuüben verstehen, überhaupt die Uebungen, welche bisher in der Reihe und in dem Reihenkörper von den Einzelnen verlangt worden sind. Bei allen Anforderungen an die Leistungen seiner Schüler übersehe der Lehrer aber nicht, welches Maß der Forderung bei dieser Altersstufe zu erreichen

ist und wie hier von strenger und kunstvoller Uebung noch abgesehen werden muß. Es gilt hier bei allem Eifer für das Fortschreiten ein Genügen mit noch Unvollkommenem zu haben, wenn dieses nur die Aussicht auf sichere Fortentwickelung einschließt und diese vorbereitend herbeiführen hilft.

Zugleich an diese Uebungen anknüpfend, macht der Lehrer die in Reihe gestellten Schüler wieder mit neuen Verhältnissen der leiblichen Thätigkeiten, welche aber alle in lebendigen Uebungen anschaulich gemacht werden müssen, bekannt. Wir wollen namentlich folgende hier aufführen. Eine wichtige Uebung für den sich im Stehen, Gehen und Laufen Bewegenden ist das Drehen, welches auch besonders bei Veränderungen der Stellung des Einzelnen, in seinem geordneten Verhältnisse zu der Gliederung der Reihe und des Reihenkörpers, von großer Bedeutung ist. Bei den bisher beschriebenen Ordnungsübungen im Stehen und Gehen, bei dem Wechsel der Stellungen in Stirn und Flanke, dann beim Gehen in winklichten und bogenförmigen Ganglinien, hat das Drehen bereits Anwendung gefunden, wenn auch nicht mit der Hervorhebung und auf die Unterweisung gestützt, welche dieser eigenthümlichen Bewegung auf der Stufe unserer Schüler zukommt. Sie haben sich vorerst in der Stellung nur rechts in die Flanke und links in Stirn zu drehen gehabt, ohne mehr und näher in diesen Gegenstand eingeführt zu sein. Wenn der Unterrichtsgang auch schon früher die bestimmtere Entwickelung und gemessenere Darstellung des Drehens vornehmen läßt, so schien es uns doch angemessener, diese Uebungen erst jetzt folgen zu lassen, nachdem die Schüler für dieselben, wenn auch nur mittelbar, vorbereitet worden und in ihrer Gliederung mit Andern mehr Verhältnisse des äußeren Anhaltes für die eigene Uebung des rechts und links Drehens zu bestimmten Maßen der Drehung finden können. Am zweckmäßigsten wird darum auch das Unterrichten im Drehen als Gemeinübung in der Aufstellung der drei tief geordneten Reihen der Schüler im

Reihenkörper vorgenommen, es können da die räumlichen Verhältnisse des Leibes des Einzelnen, an nahen Gegenständen, welche die mitgeordneten Schüler selbst sind, sicherer unterschieden und schneller erfaßt werden, als es bei dem auf sich beschränkten Einzelnen geschehen kann. Unsere Schüler sollen jetzt die linke und rechte Leibesseite, welche bei den Uebungen der Beine im Stampfen und Taktgehen, sowie bei den Uebungen der Arme unterschieden ward, genau kennen, und sollen mit Sicherheit in jeder Stellung von der räumlichen Lage der beiden Leibesseiten Zeugniß geben können. Wenn dieß auch bei den vorausgegangenen Einzelübungen geprüft worden und die Fertigkeit in diesem Unterscheiden sich bewährt hat, so beginne der Lehrer etwa folgende Uebungen des Drehens. Die drei tief gestellten Reihen stehen in Stirn und der Lehrer veranschaulicht an sich selber die beiden Richtungen des rechts und links Drehens und dann auch die verschiedenen Maße der Drehung, die viertel, halbe, dreiviertel und ganze Drehung, indem er sich in gleicher Weise, wie der Reihenkörper, in Stirn stellt und den Schülern den Rücken zukehrt. Nach diesen wiederholt gegebenen Anschauungen, kündige er dann an: es sollen jetzt Alle rechts eine viertel Drehung machen. Noch bevor die Drehung ausgeführt wird, fordere er die Schüler auf, mit den Händen dahin zu deuten, wo nach vollbrachter Drehung ihre Stirn hingerichtet sein werde. Sobald dieß geschehen, folgt der Befehl: Rechts! — Um!. Hierauf wird in gleicher Richtung die zweite, dritte und vierte Vierteldrehung aufeinander folgend geboten. Ebenso wird auch das links Drehen angeordnet und dann im Wechsel bald eine Vierteldrehung rechts und eine Vierteldrehung links geübt. Haben die Schüler Geschick in diesen Drehübungen, so werden auf dieselbe Weise auch halbe und ganze Drehungen rechts und links vorgenommen. Es kommt nun, nachdem Drehrichtung und Drehmaß näher bestimmt worden, darauf an, auch den Stützpunkt des linken oder rechten Beines, auf welchem sich der Drehende

bewegt, als weitere Bestimmung zuzuordnen. Bevor noch der Lehrer die Uebung als solche unterrichtet und näher erklärt, kann dieselbe schon ausgeführt werden und es schließt sich dann die Unterweisung verständlicher an die bereits erworbene Fertigkeit an. Der Lehrer verkündet den in Aufstellung stirngestellten Schülern, es sollen jetzt während des Taktgehens an Ort Drehungen (Wendungen) geübt werden und befiehlt dann etwa: Acht! Taktgehen an Ort, links antreten und stampfen! — Marsch!. Wenn nun Alle im Gleichtritt gehen, wird geboten: Acht! Vierteldrehung rechts! — Um!. Das „Um!“ ruft der Lehrer während eines rechten Trittes kurz vor dem Niederstellen des linken Beines, indem er beabsichtigt, daß auf dem Stützpunkte des linken Fußes gedreht werde. Diese Uebung wird fortgesetzt, bis die Schüler sie richtig darstellen, worauf das: Acht! Vierteldrehung links! — Um! erfolgt, mit der Rücksicht des Befehlenden, daß hierbei die Drehung auf dem Stützpunkte des rechten Fußes erfolge. Wenn nun die Vierteldrehungen rechts und links während des Taktgehens, auch in Wechsel aufeinander folgend in gemessenem, mit den Schrittzeiten übereinstimmendem Zeitmaße geübt sind, wird den Schülern angekündigt, daß nun ebenso halbe Drehungen rechts und links während des Taktgehens vorgenommen werden sollen. Wenn nun wieder die in Stirn Gestellten im Takte an Ort gehen, wird befohlen: Acht! Halbedrehung rechts! — Um!, wobei der Befehl wiederum so gegeben wird, daß die Drehung auf dem linken Fuße in einer Schrittzeit erfolgt. Das Kehrtmachen während des Taktgehens wird nun auch links mit Drehung auf dem rechten Fuße und hierauf aufeinander folgend bald rechts, bald links und endlich im Wechsel mit den Vierteldrehungen geübt. Erst jetzt zeigt und verkündet der Lehrer, wie beim Rechtsdrehen der linke, beim Linksdrehen der rechte Fuß bestimmt und als gewöhnlicher Stützpunkt für diese verschiedenen Richtungen des Drehens eingehalten werden soll, sobald nämlich in einer Stellung das Drehen erfolgt. Hier-

auf wird, um in Uebungen das Bemerkte auszubilden, etwa befohlen: Acht! Vierteldrehung rechts, auf dem linken Fuße! — Um!; Halbedrehung links, auf dem rechten Fuße! Um!; Vierteldrehung links, auf dem rechten Fuße! — Um!; Halbedrehung rechts, auf dem linken Fuße! — Um! und so fort. Die Schüler machen diese Drehungen alle aus der Stellung und sollen sich gewöhnen, wenn nichts Anderes geboten wird, bei den verschiedenen Drehrichtungen rechts und links stets auf linkem und rechtem Fuße zu drehen. Mehr Bestimmtheit kann der Lehrer noch in die letztgenannten Uebungen bringen, wenn er beim Rechtsdrehen zum Schlusse der Uebung zugleich ein Stampfen des rechten, beim Linksdrehen ein Stampfen des linken Beines zuordnet. Es nöthigt diese Aufforderung die Drehenden die beabsichtigten Stützpunkte bei dem Drehen einzuhalten und es bildet diese, dem Drehen auf bestimmten Stützpunkten zugeordnete Thätigkeit je des standfreien Beines, ein bewährtes Hülfsmittel bei dem Unterrichten dieser Uebungen, welche zudem durch das Stampfen an festere und gemessenere Ordnung der Zeit gebunden werden. Zugleich und in Verbindung mit den Drehungen können nun, mögen sie während des Taktgehens an Ort oder aus der Stellung geübt werden, auch die verschiedenen Armthätigkeiten ausgeführt werden und zwar in Uebereinstimmung mit den Zeiten, in welchen jene dargestellt werden. So kann z. B. befohlen werden: Acht! Taktgehen an Ort! links antreten! — Marsch! und alsbald! Vierteldrehung rechts und Aufstrecken der Arme! — Um! und ferner: Halbedrehung links und Händeklappen! — Um! und endlich: Vierteldrehung rechts, rechts stampfen und Vorstrecken der Arme! — Um!

Wenn nun diese einfacheren und zusammengesetzteren Drehübungen an Ort und Stelle in der gesetzten Aufstellung des Reihenkörpers zu einiger Fertigkeit bei den Schülern gebracht sind, so kann der Lehrer dieselben in Verbindung mit der Fortbewegung im Gehen zuerst von dem ganzen Reihenkörper und dann auch nur von einzelnen Reihen und Rotten dar-

stellen lassen, wobei, neben der besondern Thätigkeit der Einzelnen diese stets noch die Beziehung auf die besondere Ordnung ihrer gemeinsamen ganzen oder getheilten Gliederung zu nehmen haben. Erst nach dieser Gemeinübung Aller oder Mehrerer, werden diese Drehübungen auch als Einzelübung genauer durchgebildet. Wir lassen hier beispielsweise einige Uebungen folgen. Die drei tiefgeordneten Reihen des Reihenkörpers stehen in Stirn und es wird befohlen: Acht! Taktgehen an Ort, links antreten und links stampfen! — Marsch!, dann: Mit kleinen Schritten, vorwärts! Marsch!, wobei der Befehlende die Rücksicht nimmt, daß der erste Schritt vorwärts gleichzeitig von Allen erst mit dem „Marsch!" erfolgt. Sobald der Körper einige Schritte zurückgelegt hat, Verrückungen in der Ordnung eintreten wollen, wird geboten: An Ort gehen! — Marsch!. Sobald sich während des Gehens, auf die Mahnungen des Lehrers hin Reihen und Rotten wieder mehr geordnet haben, wird geboten: Vierteldrehung rechts! — Um! und alsbald: Vorwärts! — Marsch!, dann während der Fortbewegung des Reihenkörpers in Flanke: Vierteldrehung links! — Um!, worauf wieder Stirnmarsch erfolgt. Dann können in bald langsamerem und bald schnellerem Wechsel die Befehle folgen: Vierteldrehung links! — Um!; Vierteldrehung links! — Um!, wobei die zweite und dritte Reihe der ersten Reihe in Stirnordnung, in der Richtung rückwärts von der ursprünglichen Stirnstellung des Reihenkörpers folgen. Dann: Acht! Halbedrehung rechts und an Ort gehen! — Um!, worauf die ursprüngliche Ordnung wiederhergestellt ist, die aus der Ordnung Gewichenen dieselbe während des betonten Taktgehens wieder erneuern, und wiederholt geboten wird, sobald vorher die Fortbewegung vorwärts erfolgt ist: Halbedrehung rechts! — Um! Wenn nun die Einzelnen während des Stirnmarsches des Reihenkörpers die halbe Drehung, bald rechts und bald links geübt haben, so wird das Kehrtmachen auch während des Flankenmarsches geboten. Bei häufiger Wiederholung erst

erlangen die Schüler Gewandtheit und Sicherheit in den Drehungen, es werden stets Einzelne die Drehrichtungen oder Drehstützpunkte verwechseln und Fehler machen, wie es bei anderem Unterrichte auch vorkommt. Der Lehrer soll wissen, was er von seinen Schülern zu erwarten hat und wird darum die Leistungen nach deren Kräften bemessen. Anfangs ist es zweckmäßig, bei diesen Stellungsveränderungen des Reihenkörpers, während der Fortbewegung desselben, den Raum für die Uebung möglichst wenig auszudehnen, so, daß wenn der Körper in fester Ordnung eine Ganglinie durchzieht, schon nach einigen zurückgelegten Schritten eine Umgestaltung seiner Ordnung durch eine Drehung und mit dieser auch eine neue Ganglinie durch den Befehl geordnet wird.

Nach diesen Uebungen des ganzen vereinten Reihenkörpers wird derselbe wieder in Stirn aufgestellt und der Lehrer wiederholt mit jeder einzelnen Reihe, welche vor die Stirn der rastenden in Stellung verbleibenden beiden andern Reihen geführt wird, alle die Drehungen im Stehen und Gehen, wie sie der ganze Körper ausgeführt. Sobald z. B. die dritte Reihe übt, rastet die in loser Ordnung gestellte zweite und erste Reihe. Dann wird der dritten Reihe geboten, sich nach einem Umzug durch die gewohnte Linie in Flanke hinter der ersten Reihe in Stirn aufzustellen zum Rasten und die zweite Reihe hat ihre Uebungen. Sind diese beendigt, so stellt sich die zweite Reihe nach einem Umzuge hinter der dritten Reihe auf und die erste Reihe schreitet zur Uebung vor, um nach Beendigung derselben umzuziehen und sich hinter der zweiten Reihe wieder aufzustellen, so daß der ganze Reihenkörper seine erste Stellungsordnung wieder einnimmt. Nun können auch je zwei Reihen zu den Uebungen vorgeboten werden, während eine Reihe in Aufstellung rastet. Wenn z. B. die dritte und zweite Reihe, als zweigegliederter Reihenkörper die Uebungen dargestellt haben, zieht die dritte Reihe zur Aufstellung hinter der ersten Reihe ab und diese rückt vor und stellt sich als zweites Glied hinter

der zweiten Reihe auf, worauf diese beiden Reihen ihre Uebungen als Körper beginnen. Hierauf zieht die zweite Reihe, welche nun wiederholt in Uebungen bethätigt ward, ab und stellt sich hinter der ersten Reihe auf. Diese rückt vor und stellt sich als zweites Glied hinter der dritten Reihe auf, worauf nach deren gemeinschaftlichen Uebungen entweder in dem gleichen Wechsel der Zusammensetzung von zwei Reihen fortgefahren wird oder zur Herstellung der ursprünglichen dreigliedertiefen Aufstellung die beiden Reihen den Umzug in Flanke machen und sich, die dritte vor der zweiten Reihe, die erste Reihe hinter derselben aufreihen.

Ein noch größerer Wechsel der Theilung in der Uebungsarbeit des Reihenkörpers und mit diesem zugleich auch eine Menge von eigenthümlichen Gliederungen entstehen, wenn zuerst mit jeder einzelnen Rotte, dann mit je zwei, drei, vier, fünf, sechs, sieben, acht, neun, zehn oder eilf Rotten, welche vor die in der Aufstellung in Rast verbleibenden andern Rotten zu Uebungen vorgeboten werden, die gleichen Uebungen der Drehungen während des Stehens und Gehens vorgenommen werden. Auch hierbei wird zuerst der Reihenkörper in der tiefen Stellung der drei Reihen geordnet. Haben dann einzelne oder mehrere Rotten ihre Uebungen gemacht, so ziehen die Rotten in Stirn der Gerotteten mit Umzug ab und reihen sich dem linken Flügel des Reihenkörpers an, wobei stets die Ersten, Zweiten und Dritten der Rotten sich der ersten, zweiten und dritten Reihe zuordnen, so daß endlich die ersteingenommene Aufstellung des Reihenkörpers wieder hergestellt ist. Dabei kann noch geboten werden, daß die in der Stellung rastenden Rotten stets auf den Ort nachrücken, welcher durch die zu den Uebungen vorgebotenen Rotten geräumt wurde, damit der Stellungsort des ganzen Reihenkörpers nicht verlassen wird.

Alle diese Drehübungen, welche die Einzelnen stets in geordneten Verhältnissen der Gliederung mit Mehreren, als Gemeinübung größerer und kleinerer Reihenkörper oder größe-

rer und kleinerer Reihen darstellen lernen, fördern neben der bestimmt beabsichtigten und gemessenen Drehübung ganz besonders auch die Ordnungsfähigkeit der Schüler, und bilden somit auch entwickeltere Ordnungsübungen. Es lernen die Schüler sich im Stehen und Gehen in den verschiedensten Gliederungen zu gestalten und wiederum in den verschiedenen Stellungsarten zu verändern, besonders aber auch während der Fortbewegung der Reihenkörper und Reihen im Stirn- und Flankenmarsch die Verhältnisse der Ordnung zu bewahren. Für den Lehrer hat diese Weise geordneter Theilung der Arbeit und Rast der Uebenden einen großen Werth und er kann dieß Verfahren der Durchbildung Aller durch die verschiedene Gliederung des Gemeinkörpers derselben auf die meisten Uebungen in Anwendung bringen, noch ehe er zu der noch größeren Theilung der Arbeit im Ueben der Einzelnen schreitet.

Auch die Drehungen während des Stehens und Gehens können nun als Einzelübungen vorgenommen werden, wenn auch die Aufstellung Aller in einer Reihe, welche wir anfangs angeordnet, um dabei das einfachste Verfahren zu wählen, jetzt umgangen werden kann. Die drei Reihen werden nun drei Glieder tief gestellt und die zur Uebung vortretenden Einzelnen lösen sich nach Reihen oder nach Rotten auf, um nach vollbrachter Uebung und nach einem Umzug durch die gewöhnliche Linie sich wieder in Ordnung zu sammeln, wobei die Einzelnen der Reihe nach aufeinanderfolgend das gleiche Verfahren zu Erneuerung der Reihenkörperstellung einhalten, welches wir oben bei aufeinanderfolgender Uebung einzelner Reihen und Rotten näher bezeichnet haben. Es kommt darauf an, daß die Abziehenden den Nachrückenden Platz machen, und daß diese sich wieder in Ordnung vereinen, zu dem ursprünglichen Reihenkörper, während jene sich als Glieder von demselben ablösen. Wenn die vorderen Glieder des Körpers ihren Platz räumen, so rücken die hinteren Glieder nach, die nach einem Umzug Wiederkehrenden zuerst Abgezogenen nehmen alsbald den verlassenen Platz der hinteren

Glieder ein, so, daß wenn sich nach und nach die ganze Gliederung abgelöst hat, dieselbe sich ebenso wieder nach und nach verbindet. Eine ähnliche Weise des Abbrechens und Wiederstellens der Glieder findet statt, wenn die Glieder an der einen Seite des Körpers zu Uebungen abrücken und dann nach einem Umzuge an der entgegengesetzten Seite zur Stellung und Erneuerung der Ordnung wieder aufrücken.

Wenn die Schüler nun zugleich mit den Uebungen des Drehens die Ordnungsübung gelernt haben, bald im geeinten Reihenkörper, bald nur als Reihen- oder Rottenglieder dieses Körpers und endlich selbst nur als Einzelne der Reihen und Rotten die gebotenen Darstellungen von Uebungen mit fortbestehenden Beziehungen zu ihrer gemeinsamen Gliederung auszuführen, so kann der Lehrer bei den verschiedenen Uebungen, welche bereits gelehrt worden sind und wiederholt werden sollen, das Unterrichtsverfahren, welches wir bei den Drehungen beschreiben, in Anwendung bringen, wenn auch das Ueben in der Aufstellungsordnung der im Reihenkörper tief gestellten Reihen oft in Wechsel kommen soll, mit dem Ueben Aller in der Aufstellungsordnung in nur einer Reihe.

Bei der nun vorauszusetzenden Fertigkeit des Drehens und der möglichen Umgestaltung der Reihen und Rotten in die verschiedenen Stellungen, welche durch rechts und links Drehen zu Viertel- oder halben Drehungen geboten werden können, wird nun der Lehrer die verschiedenen Stellungsveränderungen oder Umgestaltungen des Reihenkörpers, welche wir eben stets mit Rücksicht auf das bloße Wechseln in den Stellungen der Gereihten in (rechte) Flanke und (links) in Stirn, vom rechten Flügel aus begannen, oder von der ersten der drei tief gestellten Reihen des Reihenkörpers zuerst ausführen ließen, auch so anordnen, daß nun auch vom linken Flügel der einen Reihe, oder von der dritten der drei tief gestellten Reihen die Stellungsveränderungen begonnen werden und daß der Umzug, welcher bisher links um die Mitte des Uebungsraumes erfolgte nun auch rechts um die Mitte

gemacht wird. Es kommt darauf an, daß die Reihe und der Reihenkörper, wie der Körper des Einzelnen, die eine wie die andere Seite ihrer Gliederung möglichst gleichmäßig durchbilde, daß somit bei der Reihe der linke Flügel, wie der rechte Flügel für die Ordnungsübungen der ganzen Reihe geschickt gemacht wird, daß bei dem Reihenkörper ein jedes Reihen- oder Rottenglied Gewandtheit besitze für die Veränderungen der gesammten Ordnung und Gestaltung des Körpers. Wie der Wechsel in den Uebungen bei dem Einzelnen, der unterrichtet wird, zugleich mit dem Reiz der Veränderung auch Erholung gewährt, so hat auch der Wechsel in den Gestaltungen des Ordnungskörpers Aller bei den Gemeinübungen für Schüler und Lehrer eine Bedeutung, welche zu Belebung des ganzen Unterrichtes nicht genug anempfohlen werden kann. Es haben die stets wiederkehrenden und einförmigen Aufstellungsordnungen der Schüler, wenn der Lehrer die Kunst des Ordnens und Umgestaltens der Körper einer Mehrzahl nicht kennt und geschickt leiten kann, für die Schüler nicht den Reiz und Gewinn, welchen sicher und vielseitig entwickelte Ordnungsübungen gewähren können und zu Weckung und Erziehung gemeinsamer Ordnungslust auch reichlich haben sollen. Es wird nun der Lehrer, nach der bei allen vorausgeschickten Ordnungsübungen gegebenen Befehlsweise, welche stets aus der beabsichtigten Sache hergenommen werden muß, seine Befehle für die verschiedenen fortentwickelten Uebungen der Gliederungen bilden und möglichst geschickt im Unterrichte anwenden. Wenn einmal die Drehungen, wie es hier an Beispielen von Uebungen gezeigt worden ist, mit dem vorwaltenden Zwecke das Drehen selber in seinen eigenthümlichen Darstellungsweisen zu üben und zu unterscheiden mit Fertigkeit ausgeführt werden, so kann der Lehrer bei den so häufig vorkommenden Veränderungen der Stellung der Einzelnen in Reihen und Rotten, oder im Reihenkörper, die bisher befolgte umschreibende Befehlsweise mit einer kürzeren vertauschen, so daß bei den durch Drehen

bewirkten Stellungsveränderungen, zu welchen nur eine Vierteldrehung erforderlich ist, nur schlechtweg die Drehrichtung: Rechts! oder Links! als Befehlswort für die Ankündigung einer Vierteldrehung in der bezeichneten Richtung gebraucht wird, dem dann, sobald die Uebenden im Stehen, Gehen, Hüpfen oder Laufen drehen sollen, der Thatbefehl: — Um! folgt. Für die halbe Drehung gilt dann der Ankündigungsbefehl! Rechts (Links!) um! und der Thatbefehl: Kehrt!

Nachdem nun die Schüler als Körperschaft bereits die Fertigkeit haben, die Ordnung ihrer Gliederung in vielfältigen Wechsel zu bringen und zudem alle Einzelnen auch im Stehen, Gehen und Laufen mannigfaltige Uebungen darstellen können, kann der Lehrer zur Ausbildung der Einzelnen wieder eine Auswahl von Freiübungen folgen lassen, welche dann in den verschiedenen Darstellungsweisen geeinter und getheilter Gemeinübung unterrichtet und betrieben werden. Wir geben beispielsweise folgende Uebungen. Bisher war den Schülern nur die geordnete Stellung gegeben, bei welcher die im Fersenschluß auswärtsgedrehten Beine die Füße zu einem Winkel (von sechzig Grad) verschoben, eine Haltung der Beine und Füße, welche auch beim Gehen und Laufen soviel als möglich bewahrt werden sollte. Nun zeigt und benennt der Lehrer diese Stellung als: Zweite Stellung, zum Unterschiede von der: Ersten Stellung oder Grundstellung und läßt beide Stellungen im Wechsel aufeinanderfolgend üben, zuerst während des Stehens und dann auch während des Gehens und Laufens, wobei nämlich das Verhalten der Beine so fortbestehen soll, wie es der Unterschied beider Stellungsarten zeigt. Die Befehle lauten: Acht! Erste Stellung! — Steht!; Zweite Stellung! — Steht! und sobald gegangen oder gelaufen wird: Acht! Gehen oder Laufen in erster (zweiter) Stellung! — Geht!, oder Lauft! In ähnlicher Weise wird dann auch die: Dritte Stellung, wobei die Beine noch mehr auswärts gedreht werden, die Füße einen rechten Winkel bilden, im Wechsel mit der ersten und zweiten

Stellung im Stehen, Gehen und Laufe geübt und zuletzt noch die: Vierte Stellung, oder Zwangstellung, bei welcher das Auswärtsdrehen der Beine mit Anstrengung bis zu dem Maße erfolgt, daß die Füße bei geschlossenen Fersen in der Richtung beider Schultern seitwärts gerichtet bis zum gestreckten Winkel in einer Linie stehen. Da die Schüler bei den Uebungen in dieser Stellung dem Fallen aus dem Gleichgewichte sehr ausgesetzt sind, so ordne der Lehrer die Reihen in Flanke so, daß die Hinterleute, zur Befestigung des Gleichgewichtes aller Gereihten ihre Hände auf die Schultern der Vorderleute legen und zugleich sich selber und diese halten. Anfangs wird das unwillkührliche Beugen der Kniegelenke gewährt, dann aber darauf gesehen, daß dasselbe unterlassen werde. Bei dem nun bekannten Unterschiede der Stellungen, kann der Lehrer die bestimmte Thätigkeit der Beine bei den Uebungen des Stehens, Gehens und Laufens auch immer entschiedener fordern. Es kommt darauf an, die Verhältnisse der leiblichen Thätigkeiten immer schärfer zu begränzen und kunstvoller zu entwickeln, wenn auch losere Verhältnisse der Ordnung in der Uebung der Einzelnen ebenso, wie bei der gemeinen Ordnungsübung der Mehreren häufig zugelassen werden sollen. Dann zeigt der Lehrer das Stehen, Gehen und Laufen auf Zehen (Ballen) und auf Fersen, und läßt dasselbe in erster und zweiter Stellung in Stellung, Gang und Lauf üben, anfangs ohne Gebundenheit an Zeitmaß, dann den Zehen- und Ballengang auch im Takt.

Wie der Lehrer das Stampfen der Beine unterrichtet hat, so lehrt er jetzt auch das Schlagen der Beine, wobei nach einem mäßigen Vorspreizen, wie zum Schreiten, das wieder schließende und sich streckende Bein mit dem Ballen den Boden schlägt. Diese Thätigkeit der Beine wird dann, wie beim Stampfen zum Schlaggang und Schlaglauf fortentwickelt und es dient die schallende Uebung zur rhythmischen Betonung der Schritte, wie das Stampfen. Schlaggang und Schlaglauf werden dann beim Taktgehen durch Befehl

in Aufeinanderfolge gebracht mit dem gewöhnlichen Gang und dem Stampfgang, oder es wird der Beinschlag, wie das Stampfen nur je einem Beine zugeordnet, während das andere Bein in gewöhnlicher Weise schreitet. Sehr angemessen läßt sich das Beinschlagen auch mit dem Gehen und Laufen auf Zehen verbinden und wird als Schlaggang und Schlaglauf auf Zehen geübt.

Da bisher bei aller Fortbewegung der Reihe, des Reihenkörpers und der Einzelnen die Richtung Vorwärts eingeschlagen wurde, so kann jetzt der Lehrer etwa in folgender Weise auch die Fortbewegung der Uebenden in den Richtungen rückwärts und in den beiden Seitenrichtungen rechts und links unterrichten. Er stellt die drei Reihen in Tiefe und verkündet dem in Stirn gestellten Reihenkörper, mit kleinsten Schritten solle rückwärts gegangen werden. Der Lehrer zeigt selber die Uebung, macht auf das dabei zu beachtende Einhalten der Stellungsordnung aufmerksam und gebietet hierauf: Acht! Taktgehen an Ort, links antreten und stampfen! — Marsch!, dann: Rückwärts gehen! — Marsch!. Das „Marsch!“ wird bei einem Niederstellen des rechten Beines gerufen, damit die Fortbewegung im Rückwärtsgehen mit einem betonten linken Tritte beginnen und möglichst gleichzeitig und übereinstimmend ausgeführt werden kann. Nach sechs bis acht Schritten erfolge wieder: An Ort gehen! — Marsch! worauf die Verrückungen der Ordnungen wieder ausgeglichen werden. Nun kann im Wechsel aufeinanderfolgend Vorwärtsgehen und Rückwärtsgehen geboten werden, wobei die Zahl der Schritte, welche je in der einen oder andern Richtung zurückgelegt werden, bald eine kleinere, bald eine größere sein kann, je nachdem während der Fortbewegung die ganze Ordnung eine schwankende wird oder eine feste bleibt. Hierauf nachdem Halt geboten, die drei Reihen in die rechte Flanke gestellt worden, das Taktgehen ohne Betonen eines Trittes begonnen, wird befohlen: Acht! Seitwärts links gehen, links antreten und

stampfen! — Marsch!, wobei die Schüler mit kleinen Schritten links weiterschreiten und das rechte Bein dem fortgeschrittenen linken Beine nur nachstellen, so daß beim Gehen in den Seitrichtungen Nachstellgang ausgeführt wird, zum Unterschiede des beim Vor- und Rückwärtsgehen gewöhnlichen abwechselnden Weiterschreitens der Beine. Wenn auch beim seitwärtslinks Gehen zur Wiederherstellung der Schwankungen in der Ordnung das Gehen an Ort mit dem Fortgehen in der Richtung seitwärts links geübt worden, wird befohlen: Acht! An Ort gehen! — Marsch! und dann: Fortgesetztes Stampfen nur des rechten Trittes! — Marsch!. Wir ordnen diesen Wechsel der Betonung der Schritte darum, damit den Anfängern auch bei dieser Gangrichtung das Hülfsmittel der Ordnung in gleicher Weise mit dem weiterschreitenden Beine verbunden bleibe, wie beim Seitwärtsgehen links. Eine weitere Uebung des geordneten Gehens des Reihenkörpers in den Richtungen rückwärts und in den beiden Seitenrichtungen ist die, daß das Gehen in erster Richtung auch dargestellt wird, wenn die Reihen in Flanke gestellt sind, das Gehen in beiden Seitenrichtungen dann, wenn die Reihen in Stirn gestellt sind, so daß nun sowohl bei dem in Stirn, als auch bei dem in Flanke gestellten Reihenkörper das Gehen in den Richtungen vorwärts, rückwärts, seitwärts rechts und seitwärts links in beliebiger Folge dieser Richtungen geboten werden kann, und endlich, wenn dabei das Taktgehen ohne vorwaltende Betonung des Trittes nur eines Beines geordnet ist. Nachdem diese Uebungen des Gehens in den vier Hauptrichtungen von dem Reihenkörper vorgenommen worden, werden einzelne Reihen und Rotten und zuletzt Einzelne der Reihen und Rotten in diesen Uebungen des Richtungswechsels im Gehen in gleicher Weise in getheilter Gemeinübung unterwiesen, wie oben bei den Drehungen diese Behandlungsweise in Durchbildung der gesammten Gliederung genauer beschrieben wurde.

Sobald die Schüler das Gehen in den verschiedenen be-

zeichneten Gangrichtungen einigermaßen mit Geschick darstellen können, so kann auch nach dem Ermessen des Lehrers in ähnlicher Weise das Laufen in den vier Laufrichtungen geübt werden, wenn auch hierbei die schnellere Bewegung häufige Schwankungen der geordneten Darstellungen herbeiführen wird, was aber bei Schülern dieser Altersstufe auch nicht anders zu erwarten ist.

Wenn die Schüler wieder in drei tiefgeordneten Reihen in Stirn aufgestellt sind, verkündet der Lehrer, es solle gehüpft werden. Vor allem zeige er jetzt, wie bei geschlossenen Füßen in erster Stellung an und von Ort gehüpft werden kann und mache die Schüler vorläufig nur aufmerksam auf die wesentlichen Merkmale dieser Uebung, wobei der Leib besonders durch Strecken und Beugen der Füße in ihren Gelenken, durch Fußwippen, mäßig aufgeschnellt wird und bei fortgesetzter Uebung nur je die Zehen oder Ballen der Füße aufstehen, die übrigen Leibesglieder keine unfreie Mitthätigkeit äußern sollen. Dann wird befohlen: Acht! Erste Stellung und an Ort hüpfen! — Hüpft!. Zeigen die Schüler, daß die Uebung begriffen ist, so kann alsbald befohlen werden: Acht! Einmal an Ort hüpfen! — Hüpft!, worauf nach erfolgtem Hupf wieder Stehen eintritt. Es gelingt bald diese Uebung in gleichzeitige Ausführung zu bringen und dann wird befohlen: Acht! Zwei Hüpfe! — Hüpft! Die Zeitfolge der beiden Hüpfe zeige der Lehrer an eigener Darstellung, oder er bestimme dieselbe vor dem Thatbefehl und dann auch während der Darstellung durch lautes Sprechen: Eins! — Zwei! in bald schnelleren, bald langsameren Zeiten, am zweckmäßigsten in Uebereinstimmung mit zwei Schrittzeiten des gewöhnlichen Taktganges, dessen Zeitmaß, zu einem in dem Gefühle der Schüler feststehenden immer mehr ausgebildet werden muß. In gleicher Weise können drei, vier und mehr Hüpfe, welche im Takte ausgeführt werden, geboten werden. Wenn der Lehrer durch Händeklappen oder zu diesem noch eine hüpfende, die Uebung begleitende Singweise

singt, so wird bald das Takthüpfen ohne Schwierigkeit dargestellt. Es kann nun auch angeordnet werden: Acht! Mit einem kleinen Hupf vorwärts hüpfen! — Hüpft!, worauf Alle wieder stehen und die verrückte Ordnung herstellen. Der Lehrer muß auch hierbei an Anschauungen das Maß der Hüpfe bezeichnen und kann dann zwei, drei und mehr Hüpfe, welche in bezeichneter Richtung erfolgen sollen, bei fester Ordnung Aller gebieten, wobei er verfährt, wie es beim Hüpfen an Ort beschrieben wurde. Der Reihenkörper kann dabei in Stirn, sowie auch in Flanke geordnet stehen und zur Befestigung der Ordnung kann in ersterm Falle den Reihen, im letzterm Falle den Rotten das: Arm in Arm! geboten werden. Das Hüpfen an Ort und Hüpfen vorwärts wird durch Befehl in Wechsel gebracht. Nun kann auch bei den verschiedenen Aufstellungen des Reihenkörpers in Stirn und Flanke das Drehen mit dem Hüpfen verbunden werden, so daß die Veränderungen der einen Ordnung in die andere, wobei eine Vierteldrehung nöthig ist, im Hüpfen ausgeführt werden. Es wird z. B. dem in Stirn stehenden Reihenkörper gerufen: Acht! Mit einem Hupf rechts! — Um!, dann: Mit einem Hupf links! — Um! und so fort. Ebenso kann während des Takthüpfens vorwärts geboten werden: Rechts! — Um! und dann wieder: Links! — Um!. Das „Um!“ erfolgt kurz vor einem Niederhüpfen. Sobald das Hüpfen in der Richtung vorwärts mit einiger Sicherheit als Takthüpfen dargestellt wird, kann dasselbe auch in den Richtungen rückwärts und in beiden Seitenrichtungen geübt werden. Auch Armthätigkeiten, wie z. B. Auf-, Vor- und Seitstrecken, oder Hüftstütz der Arme können dem Hüpfen zugeordnet und durch den Befehl an gleichzeitige Ausführung gebunden werden, namentlich aber können die Hände durch Klappen die Taktbewegung des Hüpfens hervorheben helfen, indem je mit einem Niederhüpfen geklappt wird. Eine weitere Entwickelung gewinnt das Hüpfen, wenn dasselbe als Stampfhüpfen, wobei die niederhüpfenden beide Füße mit

den Ballen stampfen, angeordnet und dann wiederum mit dem gewöhnlichen Hüpfen ohne Stampfen in Wechsel gebracht wird.

Auch diese Uebung wird in getheilter Gemeinübung von Reihen, Rotten und Einzelnen weiter durchgebildet. Es genügt, wenn unsere Schüler mit nur kleinen Hüpfen, welche bis zu etwa zwanzig ununterbrochen aufeinanderfolgenden Bewegungen fortgesetzt werden, das beidbeinige Hüpfen an und von Ort im Takte ausführen können und der Lehrer wird die Bewegung zudem öfter durch ein Stehen und Rasten unterbrechen, damit bei unermüdeter Kraft die geordnete Uebung ihren guten Fortgang und Erfolg hat. Ist dieser einigermaßen erreicht, so kann das Gehen in den verschiedenen Arten des Ganges, welche bis jetzt geübt sind, in Wechsel mit dem beidbeinigen Hüpfen gebracht werden und zwar so, daß auch dieser Wechsel der Bewegungen anfangs in loser Gebundenheit an gemessene Zeit der Thätigkeit und dann wieder in strengerem Takte erfolgt.

Wenn das beidbeinige Hüpfen geübt ist, so kann auch der Lehrer das einbeinige Hüpfen vornehmen und kann hierbei einen Weg der Behandlung im Unterrichten einschlagen, der dem so eben beschriebenen gleichsam entgegengesetzt ist. Je freier die Weise der Behandlung der Gemeinübungen ist, je mannigfaltiger und belebender die Verwaltung des ganzen Unterrichtes in der Hand eines gewandten Lehrers wird, desto wirksamer werden auch die Erfolge in demselben sein. Es wird zuerst verkündet, daß nur auf einem Beine und zwar sowohl auf dem rechten, als auch auf dem linken Beine gehüpft werden solle, in einer vorauszubestimmenden kleineren Umzugslinie, als die gewöhnliche größere, welche sich den Schranken des Platzes entlang hinzieht. Dann hüpft der Lehrer auf einem Beine, während das andere hüpffreie Bein, bei mäßiger Beugung des Kniegelenkes gehalten wird. Die Schüler kennen diese gewöhnliche Darstellungsweise des einbeinigen Hüpfens bereits unter dem Namen „Hinken“ und

haben auch meist schon die Fertigkeit, doch wenigstens auf einem der Beine, auf dem linken oder rechten zu hinken. Nun aber kommt es darauf an, daß Alle, sowohl auf dem linken, als auch auf dem rechten Beine diese Uebung erlernen und der Lehrer ruft, es sollen alle Einzelne, ein Jeder je nach seiner Aufforderung das Hinken durch die Umzugslinie, welche aber nicht verkürzt werden darf, darstellen. Vor dem Beginn der Uebung wird die Ordnung des Wiederaufrückens zur dreigliedrigen Aufstellung bestimmt bezeichnet. Nun wird befohlen: Acht! die Einzelnen sollen links hinken! und auf das Zeichen des Lehrers, welches entweder durch den Ruf: Ab!, oder durch ein blos sichtbares Zeichen, etwa einen Wink des Lehrers gegeben wird und welches dann, so oft ein Anderer forthinken und abrücken soll, wiederholt gegeben werden muß, beginnt der zuerst Aufgeforderte die Uebung. Da hat nun der Lehrer Gelegenheit, die Vorstöße gegen die geordnete Darstellung hervorzuheben, die aufgestellten Schüler auf das Fehlerhafte und Gelungene der Uebung des vor ihren Augen Vorüberziehenden belehrend aufmerksam zu machen, wobei er selber öfter durch eigenes Wiederholen des begangenen Fehlers noch mehr die zu vermeidende Ordnungswidrigkeit der Uebung hervorheben kann. Namentlich machen wir aufmerksam, auf die so oft vorkommende, mit Ungeübtheit und Schwäche zusammenhängende unfreie Mithülfe des Oberleibes, der Schultern und Arme, welche das Hüpfen, das hauptsächlich durch bloße Beinkraft bewirkt werden soll, unterstützen. Eine jede Uebung hat ihre allgemeinen und besonderen Darstellungsgesetze und Uebungsvortheile, die der Lehrer zu handhaben hat, beim Hinken kommt es darauf an, das leibliche Verhalten der Uebenden möglichst unbeeinträchtigt von der Thätigkeit des hinkenden Beines zu erhalten und dieses kräftig und geschickt auszubilden für die Bewältigung der eigenthümlichen Bewegung des Hinkenden. Der Lehrer läßt nun alle Einzelnen der Reihe nach links hinken, doch mit der Rücksicht, daß die Nachfolgenden erst

abrücken, sobald er das Zeichen dazu gibt. Ist die Reihe aller Einzelnen durchgeübt, so ist die Aufstellung in der gesetzten Ordnung wieder hergestellt und nun wird ebenso auch das Hinken auf dem rechten Beine durchgeübt. Bei diesen Uebungen können nun im Wechsel mit der gewöhnlichen Haltung der zwanglos abhangenden Arme Armthätigkeiten, wie z. B. Hüftstütz, Armverschränkung vor der Brust, Erfassen des hinkfreien Fußes mit der Hand der gleichen Leibesseite und andere Uebungen verbunden werden. Ist die Hinkfertigkeit auf linkem und rechtem Beine einigermaßen gleichgebildet, so kann der Lehrer Takthinken gebieten, die Einzelnen in schnellerer Zeitfolge abrücken lassen, so daß sich die Umzugslinie mit einer Reihe Hinkender erfüllt, während der Lehrer durch Zählen, Klappen oder Singen die Taktbewegung unterstützt. Dann kann auch geordnet werden, daß je Zwei, welche ihre Hände fassen, in Stirn umziehen, so, daß eine Reihe von Paaren sich nach und nach von der aufgestellten Ordnung, wobei je von den Reihen die Paare abbrechen, lösen, um sich dann wieder reihenweise aufzustellen. Ebenso kann dann, sobald der Reihenkörper in Flanke getreten ist, je eine Rotte von Dreien zum Durchhinken der Umzugslinie abrücken, so daß eine Reihe Rotten von je drei Gerotteten, die in Stirn forthinken, sich in Bewegung setzt, um sich nach vollbrachter Uebung wieder in drei tiefgestellten in Flanke geordneten Reihen zu sammeln. Hierauf kann je einer der drei in Flanke gestellten Reihen geboten werden, im Umzug links oder rechts zu hinken, wobei bald der ersten, zweiten und dritten zuerst und dann nach ihr einer beliebigen andern das Zeichen zum Abbrechen gegeben wird. Nach dem Umzug aller drei Reihen kehrt eine jede in ihre erste Gliederstellung zurück. Endlich kann der in Stirn umgesetzte dreigliedrige ganze Reihenkörper aufgefordert werden, an Ort links im Takt zu hinken, um auf den Befehl: Wechselt zum Hinken auf dem rechten Beine! — Hinkt! in gemessener Weise gleichzeitig die veränderte Uebung auszuführen. Der

Thatbefehl „Hinkt!“ erfolgt dabei kurz vor dem Niederstellen des im Hüpfen begriffenen Beines. Wenn dieser Hinkwechsel geübt ist, so kann geboten werden: Acht! Takthinken und Hinkwechsel; sechsmal Hinken links und sechsmal rechts! Links Anhinken! — Hinkt!. Der Lehrer zählt laut und im Takte: Eins!, Zwei!, Drei! und so fort, nur immer bis Sechs, worauf das Taktzählen sich in gleicher Weise wiederholt, oder er ruft im Takte sechsmal aufeinanderfolgend „Links!“ und dann mit diesem wechselnd sechsmal „Rechts!.“ Dann wirst beim Hinkwechsel die Zahl der Hinkhüpfe eines Beines nach und nach vermindert, bis auf je zwei Hüpfe und wenn auch dieser schneller wiederkehrende Wechsel fertig geht, wird geboten, der Hinkwechsel solle nur je nach einem Hüpfen eines Beines erfolgen. Fragt dann der Lehrer nach Darstellung dieser letzten Uebung die Schüler, ob ihnen dieselbe bereits bekannt sei, so werden Viele rufen, dieß sei ja Taktlauf, was dann der Lehrer auch bestätigen kann, wenn auch die beabsichtigte Uebung eigentlich ein Hinkwechsel sein sollte. An dieser Uebung kann dann der Lehrer die unterscheidenden Merkmale des Laufens, wobei stets im Wechsel der Beine gehüpft wird, recht deutlich machen, der Unterricht führt wie von selbst darauf.

Es können nun auch während des Hinkens Drehungen geboten werden, indem während des Hinkens im Takte die Ordnungsveränderungen des Reihenkörpers aus der Stirnstellung in Flankstellung vor sich gehen, auf den Befehl: Rechts! — Um!, Links! — Um! Das „Um!“ erfolgt kurz vor dem Niederhüpfen eines Beines.

Eigenthümlich kann auch das Stampfhinken auf Durchbildung der Hinkfertigkeit hinwirken, die Uebung, wobei das je niederhüpfende Hinkbein mit den Ballen des Fußes stampft. Da beim gewöhnlichen Hinken häufig der Fehler vorkömmt, daß die Uebenden in ungelenker, schwerfälliger Weise ein nicht beabsichtigtes tönendes Niederhüpfen darstellen, so kann der Lehrer gerade an dem Unterschiede des Stampfhinkens

und des gewöhnlichen Hinkens, welche im Wechsel geboten werden, mehr Bestimmtheit in die Darstellung bringen; die Schüler lernen zweierlei Arten des Hinkens kennen.

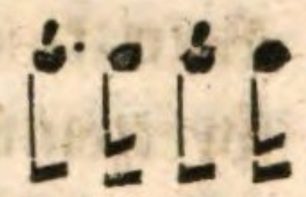
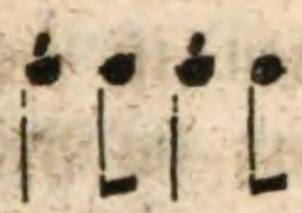
Haben unsere Schüler Fertigkeit in den bisher beschriebenen Hinkübungen, so können folgende entwickeltere Uebungen während des einbeinigen Hüpfens geordnet werden. Wir wollen hier die Folge und den Gang derselben bezeichnen, welche erfahrungsgemäß bald und sicher zum Ziele führen. Die drei Reihen werden der Tiefe nach in Stirn gestellt und der Lehrer verkündet, es solle nun auf einem Beine gehüpft werden, dabei aber solle das hüpffreie Bein zugleich die Uebung haben, daß dasselbe in allen Gelenken gestreckt und spreizend vorwärts gehalten bleibe. Der Lehrer zeigt die Uebung und läßt die Schüler wahrnehmen, wie sowohl Knie als auch Fußgelenk des hüpffreien Beines die bezeichnete Thätigkeit so darstellen, daß bei gestrecktem Vorhalten des Beines die Zehen etwa um eine halbe Fußlänge über dem Boden schweben, wenn der Hüpfende steht und wie je beim Aufhüpfen auch das unverrückt gehaltene Bein sich zugleich mit dem ganzen Leib mehr vom Boden entfernt. Dann wird befohlen! Acht! Links an Ort im Takte hüpfen, bei vorgestreckter Halte des rechten Beines! — Hüpft! und dann auch: Rechtshüpfen und Spreizhalte des linken Beines! — Hüpft! Wenn zugleich der ganze Reihenkörper geübt hat, dann wird von Einzelnen der Reihe nach vorwärts in der Umzugslinie dieses Hüpfen geübt, welches bei der bereits gewonnenen Hinkfertigkeit der Schüler, dann auch wenig Schwierigkeiten mehr hat und bei öfterer Wiederholung schnell erlernt wird. Dann ordnet der Lehrer den Hüpfwechsel auf linkem und rechtem Beine, so daß z. B. geboten wird, es solle auf jedem Beine sechs-, fünf-, vier-, drei-, zwei- und endlich nur einmal gehüpft werden. Wird dieser Wechsel so vorbereitet, so gelingt es den Schülern bald, die dem einbeinigen Hüpfen zugeordnete Thätigkeit des Vorspreizens mit dem gestreckten hüpffreien Beine so auszuführen, daß

dieselbe je bei einem, nach mehreren oder weniger Hüpfen eintretenden langsameren oder schnelleren Wechsel in geregelter Weise erfolgt. Der Lehrer kann darauf halten, daß, nach einmal erlangter Geschicklichkeit, das Hüpfen stets auf Zehen dargestellt wird, wenn auch Abweichungen von dieser Regel häufig vorkommen werden und nur nach und nach in Abgang gebracht werden können.

Wenn bei der so eben beschriebenen Hüpfweise dem je hüpffreien Beine eine Thätigkeit zugeordnet wurde, welche bestimmt ein Vorspreizen des gestreckten Beines fordert, ein Spreizen, welches bei länger fortgesetztem Hüpfen auf ein und demselben Beine, oder bei schnellerem Wechsel des hüpfenden linken und rechten Beines in gleicher, längerer oder kürzerer Dauer der Spreizhalte auch der Zeit nach gemessen wird, so kann nun auch der Lehrer die auf jedes Spreizen wieder folgende Uebung des Beinschließens, als vorwaltende Uebung hervorheben und beim einbeinigen Hüpfen je von dem hüpffreien Beine ausführen lassen und zwar so, daß das mit Schwung schließende Bein mit tönendem Schlage auf dem Boden je die Bewegung des Schließens beendet und bemerklich macht für Aug' und Ohr zugleich. Der Lehrer zeigt nun, indem er auf einem Beine hüpft, wie gleichzeitig mit jedem Niederhüpfen desselben, das hüpffreie Bein bei leichter Biegung des Kniees aus der Spreizhalte auf den Boden schlägt, etwa in einem kleinen Schrittabstande vor dem hüpfenden Beine. Wenn nun auch die Schüler während des einbeinigen Hüpfens dieses Beinschlagen mit dem vorgehaltenen hüpffreien Beine darstellen können, so schreitet der Lehrer alsbald fort zu dem wechselbeinigen Hüpfen, wobei nach jeweiligem Vorspreizen die Rückkehr des hüpffreien Beines zum Niederhüpfen mit Beinschlagen erfolgt, eine Uebung, welche sehr geeignet ist, die Schlagkraft der Beine zu entwickeln und in dieser Weise kurzweg als „Schlaghüpfen" geboten wird, während jede Abart desselben durch Umschreibung näher bezeichnet werden muß.

Im Wechsel mit dem „Schlaghüpfen“ zeigt nun der Lehrer das „Spreizhüpfen“, wobei während des wechselbeinigen Hüpfens stets die abwechselnd hüpffreien Beine, gleichzeitig mit dem Niederhüpfen des Hüpfbeines gestreckt werden und mit Schwung mäßig vorwärts spreizen. Hierbei hat das hüpffreie Bein vorwaltend die Spreiz-Bewegung auszuzeichnen, während es dagegen beim Schlaghüpfen darauf ankam, das je dem Spreizen folgende Schließen durch Schlagen hervorzuheben. Beide Uebungen, das wechselbeinige Schlaghüpfen und das wechselbeinige Spreizhüpfen, werden, sobald die Uebungen während des gewöhnlichen Laufes, oder mit beabsichtigtem Laufen verbunden wurden, auch Schlaglaufen und Spreizlaufen genannt. Im Anschluß an diese Hüpfübungen, bei welchen zuerst mehr das Hüpfen als solches in Betracht kam und welchem dann erst bei den verschiedenen Darstellungsweisen noch andere Beinthätigkeiten zugeordnet wurden, namentlich dem hüpffreien Beine, beim Schlaghüpfen und Spreizhüpfen, wollen wir hier noch eine Darstellungsweise des Hüpfens folgen lassen, welche die Ausbildung der Beug- und Streckkraft der Beine, die beim Hüpfen schon an und für sich wirksam ist, besonders bezweckt und zudem eigenthümliche Hüpfarten und Gangarten in Unterscheidung bringt. Haben unsere Schüler einmal das beidbeinige, einbeinige und wechselbeinige Hüpfen in den vorausbeschriebenen Arten der Darstellung geübt, so führt der Lehrer die gleichen Hüpfarten auch so aus, daß das allem Hüpfen vorausgehende Beugen der Kniee mit vermehrter Beugung und darum entschiedenerer Streckung der Beine erfolgt, der schwungvoll gesenkte und gehobene Leib sichtbar ab und auf bewegt wird, durch das Kniewippen der Beine, welche bei jedem Wippen fast zu einem rechten Winkel in den Knieen gebogen werden, bei aufrechter Haltung des Oberleibes. Das Kniewipphüpfen wird, wenn es als beidbeiniges Hüpfen vorgeübt worden, dann namentlich in Verbindung mit dem wechselbeinigen Vorspreizen des je hüpffreien Beines geübt, als wechselbei-

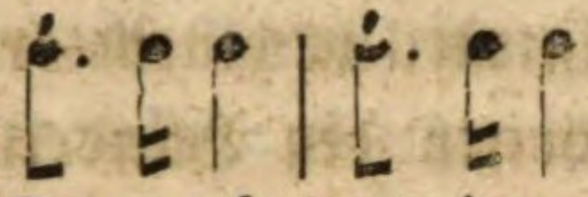
niges Kniewipphüpfen; welches die gewöhnliche Darstellung desselben und stets gemeint ist, wenn keine nähere Umschreibung dieser Hüpfart gegeben wird. Es wird besonders auch im Wechsel mit dem gewöhnlichen Spreizhüpfen dargestellt und zwar so, daß beim Kniewipphüpfen die Dauer der aufeinanderfolgenden Hüpfe den Schrittzeiten des gewöhnlichen Ganges gleich kommt, und einmal so groß ist, als die Dauer der Hüpfe beim Spreizhüpfen, daß beim ersteren mehr die beugende und streckende Bewegung hervortreten soll, als bei letzterem, wo die Bewegung des Spreizens während des Hüpfens hauptsächlich beabsichtigt wird. Wenn nun das Kniewipphüpfen auch einbeinig geübt ist, so kann der Lehrer auch hier ordnen, daß abwechselnd auf jedem Beine sechs, fünf, vier, drei und zwei Hüpfe ausgeführt werden. Soll nun auch der Kniewippgang geübt werden, so ordnet der Lehrer, nachdem er die Bewegung gezeigt, zuerst Taktgang und befiehlt: Acht! Kniewippgang, links antreten, mit Vorspreizen des rechten Beines! — Marsch!, worauf das linke Bein kniewippt und das standfreie Bein gestreckt im Vorspreizen über dem Boden gehalten sich vorbewegt, während des Beugens des Standbeines, alsbald aber mit dem darauffolgenden Strecken des Standbeines wieder gestreckt angezogen wird zum Niederstellen und Schreiten mit Kniewippen. Die Bewegung wechselt dann von linker auf die rechte Seite während des Gehens und es hat bei diesem Kniewippgang jede einzelne Schrittbewegung die Dauer zweier Schrittzeiten des gewöhnlichen Ganges. Diese Gangart hat für den Lehrer auch noch das Beachtenswerthe, daß sie das Gleichgewichthalten der Uebenden sehr in Anspruch nimmt, überhaupt Beherrschung und Ruhe in Haltung und Bewegung nothwendig fordert. Bei allen bisher beschriebenen Hüpfarten kann nun der Lehrer die Haltung der Beine und Füße, wie wir dieselbe bei erster und zweiter Stellung kennen gelernt haben, zu Grunde legen, so daß je für das Hüpfen eine dieser Stellungen vorausgeordnet werden muß.

Wir lassen nun eine Uebung, welche dem Kinderleben eigen und bekannt ist, folgen, wir meinen den „Hopsergang“. Vorbereitet wurde diese Uebung bereits bei dem Hinkwechsel auf linkem und rechtem Beine, wobei ein jedes Bein aufeinanderfolgend zwei Hüpfe machte, während das je hüpffreie Bein in dem Kniee mäßig beugend, nur angezogen wurde, und ebenso bei dem Hüpfwechsel auf linkem und rechtem Beine, wobei, während der beiden Hüpfe eines jeden Beines je das hüpffreie Bein spreizend vorgehalten wurde. Der Hopsergang, den wir nun zu üben beabsichtigen, wird nun wie der bezeichnete Hinkwechsel, oder wie der Hüpfwechsel, so dargestellt, daß je nach zweimaligem Hüpfen eines Beines, das hüpffreie Bein, wie beim Gehen, mit einem Schritt, welcher betont werden kann, weiter schreitet und zweimal aufeinanderfolgend hüpft, worauf das andere hüpffreie Bein die gleiche Uebung macht und sofort dann beide Beine im Wechsel, ein jedes die stets sich wiederholende Bewegung erneuert. Das Zeitmaß und der Rhythmus bei der gewöhnlichen Darstellung des Hopserganges sind folgende: $^2/_4$  oder: $^6/_8$  und es werden dabei beide Bewegungen des linken und rechten Beines im $^2/_4$ Takte, dargestellt, daß je $^2/_8$ auf das Hopsen links links und rechts rechts fallen, im $^6/_8$ Takte so, daß je $^3/_8$ auf das links links und $^3/_8$ auf das rechts rechts Hopsen fallen, der erste Hupf $^1/_4$, der zweite Hupf nur $^1/_8$ zählt. Diese zuletzt bezeichnete Weise der Darstellung liegt den Kindern näher, als die erstgenannte, welche man vorherrschend eine aus dem Hüpfen abgeleitete nennen könnte, im Gegensatze zu Letzterer, welche aus dem Gehen abgeleitet wird. Die Uebung kann auch, wenn die Anschauung, welche der Lehrer von derselben gibt, nicht erfaßt worden, so vorbereitet und in ihrer Entstehung gezeigt werden, daß der Lehrer vorwärts schreitet im Gehen und nach jedem Schritte links und rechts je einmal hüpft, wobei

der Hopfergang mehr vom Gehen hergeleitet erscheint und vielen Schülern zur leichteren Uebung wird. Die Bewegung ist eben aus Gehen und Hüpfen zusammengesetzt. Wenn einmal der Hopfergang von Ort geht, so kann derselbe auch an Ort dargestellt werden und endlich auch in den Richtungen rückwärts, seitwärts rechts und links. Auch hier kann wieder das Stampfen und Schlagen der Beine als rhythmisches Betonungsmittel zugeordnet werden und eine eigenthümliche Nebenart des „Hopferganges mit Stampfen oder Schlagen“ des ersten Hüpfes oder, was dasselbe ist, eines jeden Schrittes, bilden. Noch mehr Mannigfaltigkeit gewinnt die Uebung, wenn die Betonung durch Stampfen oder Schlagen nur je dem linken oder nur je dem rechten Beine zugeordnet wird, oder wenn mit der Betonung während der Bewegung gewechselt wird, so daß bald nur links, bald nur rechts dieselbe erfolgt, sobald der Wechsel befohlen wird, oder es werden endlich mit dem gewöhnlichen Hopfergang und der Darstellung desselben, bei welcher das hüpffreie Bein stets gestreckt vorspreizt, alle die verschiedenen beschriebenen Darstellungsarten in mannigfaltiger Aufeinanderfolge geübt, in Verbindung mit den Drehungen, welche die Einzelnen in den verschiedensten Veränderungen ihrer Eingliederung im Reihenkörper, in der Reihe oder Rotte, oder für sich allein üben. Ein Mittel, das auch den Schülern hier die Darstellung leicht machen hilft, ist die Musik und es gelingt oft dem Lehrer, welcher die rhythmische Bewegung im Gesange begleitet, die Unanstelligsten in Uebung zu versetzen, die besondere Fertigkeit in ihnen zu wecken.

Wir wollen nun eine Art der Bewegung hier folgen lassen, welche bei den Uebungen aller Altersstufen in wechselvollster Weise Anwendung findet, nämlich den Kibitzgang. Der Lehrer kann, nachdem er die Uebung, bei welcher je das bekannte Schrittwechseln links mit dem Schrittwechseln rechts abwechselt und ohne Unterbrechung aufeinanderfolgend dargestellt wird, gezeigt und dabei durch Zählen die rhyth-

mische Folge der Schritte hervorgehoben, in folgender Weise den Kibitzgang lehren. Die Schüler sind in drei Reihen tief gestellt und dann wird erinnert, wie bei dem Kibitzgang die Bewegung der Tritte gleichsam den Wachtelschlag nachahmt, welchen Lehrer und Schüler rhythmisch zusammen-

sprechend: 2/4  Pick-tr-wick, Pick-tr-wick

und so fort. Dann betont der Lehrer durch abwechselndes Stampfen links, rechts, links; rechts, links, rechts; links, rechts, links und so fort, die rhythmische Folge der Kibitzschritte während des Gehens an Ort und fordert nach seinem Beispiel die Schüler auf, das Gleiche zu thun, indem er gebietet: Acht! Links, rechts, links stampfen! — Stampft! worauf Alle mit der bezeichneten rhythmischen Betonung der Tritte stampfen. Dann wird geboten: Acht! Rechts, links, rechts stampfen! — Stampft! Es fällt nun den Schülern leicht, beide Uebungen aufeinanderfolgend als Kibitzgang an Ort mit Stampfen im Takte darzustellen und der Lehrer kann, bevor er noch eine nähere Beschreibung der Schrittweise gibt, gebieten: Acht! Kibitzgang vorwärts mit kleinen Schritten und Stampfen, links antreten! — Marsch!. Die meisten Schüler werden nun, wenn der Lehrer vorher eine Anschauung von der Fortbewegung im Kibitzgang gegeben, diese Uebung leicht nachahmen. Gelingt die Uebung bei dieser Vorbereitung noch nicht, so stelle der Lehrer Alle in einer Reihe in Flanke auf, mit der Aufforderung zum Umzuge. Nun wird zuerst wieder in der Weise, wie oben beschrieben, der Kibitzgang an Ort und dann als Fortbewegung vorwärts in der Umzugslinie angeordnet. Der Lehrer folgt an der linken Seite der Reihe, indem er selber, von Allen gesehen, die Uebung darstellt und laut durch Zählen: Links, zwei, drei; Rechts, zwei, drei und so fort die Bewegung, sowohl in Betreff des abwechselnden Schreitens links und rechts, als auch mit Beziehung auf die rhythmische Betonung, leitet und wo es nöthig ist, den Einzelnen hilft. Wenn

anfangs alle Schritte des Kibitzganges, wenn auch mit verschiedener Betonung, mit Stampfen ausgeführt wurden, so kann jetzt geboten werden, daß nur je der erste der drei Schritte mit Stampfen ausgeführt werden solle, während die beiden folgenden geräuschlos erfolgen, auch kann der Lehrer noch ordnen, daß gleichzeitig mit je einem ersten linken und ersten rechten der drei Schritte ein Händeklapp verbunden wird. Es ist durchaus nöthig, daß der Lehrer durch eigenes Vorüben den Schülern anschaulich macht, wie beim Kibitzgang vorwärts je das eine, z. B. das linke Bein vorschreitet, worauf das rechte Bein, mit dem zweiten Schritt, nur an das vorausgeschrittene zur gewöhnlichen Stellung nachstellt, worauf wieder das linke Bein mit dem dritten Schritte vorschreitet und damit der Kibitzschritt links beendigt ist, die Bewegung rechts nun damit beginnt, daß jetzt das rechte Bein an dem vorausgestellten linken Beine vorüber den ersten Schritt vorschreitet, worauf das linke Bein mit zweitem Schritte nur nachstellt und endlich das rechte Bein mit dem dritten Schritte vorschreitend den Kibitzschritt rechts beendigt.

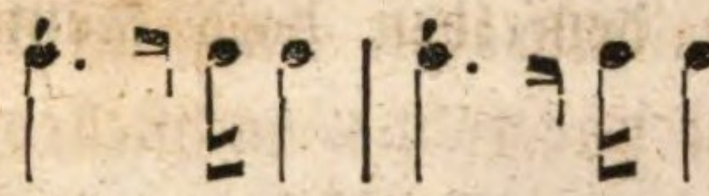
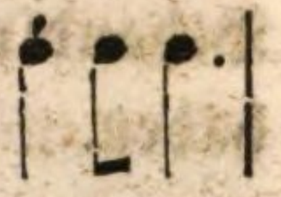
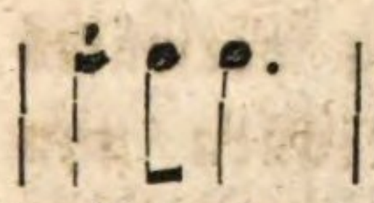
Da wir weiter unten das Gehen vorwärts mit Nachstellen als besondere Uebung werden folgen lassen, so bemerken wir im Voraus, daß bei dieser Uebung die Mittel deutlicher und selbstständiger hervortreten werden, welche hier bereits in Zusammensetzung mit einer ganzen Schrittart vorausgesetzt werden. Man muß beim Unterrichte den Schülern oft die ganze Uebung vorausgeben, bevor man dieselbe in ihren Bestandtheilen vornimmt, es kommt nur darauf an, daß der Lehrer die rechte Kunst der Behandlung der Sache verstehe und diese von jeder Seite her zu entwickeln Geschick habe.

Sobald der Kibitzgang als Stampfgang in den beiden beschriebenen Weisen, und in der Betonungsweise durch Stampfen geübt ist, wobei nur je der Kibitzschritt links oder nur je der Kibitzschritt rechts mit Stampfen dargestellt

wird, während der Kibitzschritt der andern Seite unbetont erfolgt, so wird derselbe auch ohne laute Betonung, wenn auch stets in rhythmischer Weise, im Gehen ohne Stampfen dargestellt. Findet auch dieß keine Schwierigkeit mehr, so wird der Kibitzgang im Zehengang und selber im Fersengang geübt, während die Gemeinübung Aller bald im Reihenkörper, bald in der einen Reihe durch Drehen, während der Bewegung an Ort und von Ort, alle die Veränderungen darstellt, welche die Schüler als Ordnungsübungen kennen gelernt haben. Auch als Uebung der Einzelnen wird der Kibitzgang durchgebildet und es kann diese Gangart nun auch in den Gangrichtungen rückwärts, seitwärts rechts und links angeordnet und im Wechsel mit gewöhnlichem Taktgehen, Taktlaufen, Hinken, wechselbeinigem Hüpfen und dem Hopsergang dargestellt werden. Der Lehrer muß dabei den Befehl geschickt geben, besonders aber auch durch Zeichen aller Art, namentlich durch Singen die Unterschiede in den Taktarten und Rhythmen hervorheben. Bei öfterer Uebung im Unterrichten und Leiten durch Befehl wird diese Behandlungsweise für denselben bald wenig Schwierigkeit haben.

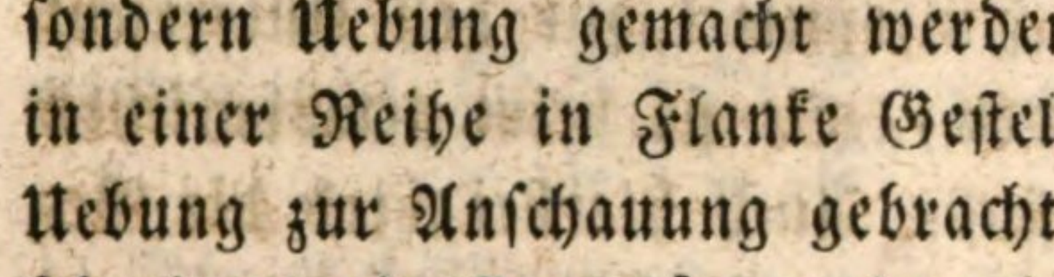
Die Schüler, welche bisher beim Kibitzgang vorwärts stets nur die Schritte vorwärts ausführten, können nun auch durch Anschauung des vorübenden Lehrers leicht zu den Darstellungsweisen gebracht werden, wobei mit Schrägschritten vorwärts links und rechts der Kibitzgang in kleinen Zickzacklinien erfolgt, in der Weise, daß der Uebende den linken Kibitzschritt schräg links hin, den rechten Kibitzschritt schräg rechts hin ausführt. Es kommt ja hier noch weniger auf eine genauere und strenger geordnete Durchbildung dieser Uebungen an, als vielmehr auf nur einiges Geschick der Schüler, das Verschiedene in den veränderten Darstellungsweisen zu erkennen und übend zur Erscheinung zu bringen.

Schon bevor der Lehrer alle die verschiedenen Arten, den

Kibitzgang darzustellen, vorgenommen hat, kann das Kibitzhüpfen, wobei in ähnlicher Weise, wie beim Hopsergang, Gehen und Hüpfen verbunden sind, geübt werden. Auch diese Uebung wird vom Lehrer zuerst gezeigt, gelernt und erst dann, wenn die Schüler dieselbe bereits darstellen können, auch einigermaßen in ihren Bestandtheilen hervorgehoben. Der Lehrer läßt zunächst den Kibitzgang von der einen in Flanke gestellten Reihe, während des Umzugs, im Takte machen, gebietet dann: Kibitzgang auf den Zehen! — Marsch! und hierauf: Kibitzhüpfen, links anhüpfen! — Hüpft! wobei er, bei etwas beschleunigtem Zeitmaße, die rhythmische Ordnung der Bewegung singend oder sprechend leitet, und die Schüler nach seinem gegebenen Beispiele das Kibitzhüpfen ausführen. Das Eigenthümliche bei demselben besteht darin, daß je das zum ersten Schritt vorschreitende linke oder rechte Bein hüpft, dann das Niederhüpfen auf dem nachstellenden Beine geschieht, worauf erst, nachdem dieses zur Stellung gekommen ist, das erste Bein wieder zum Schritte gestellt wird, etwa bei folgender Veränderung des Taktes und Rhythmus: $^2/_4$  oder: $^6/_8$   Auch das Kibitzhüpfen kann so geboten werden, daß je der erste Schritt mit Stampfen betont wird und im Wechsel mit dem Kibitzgang geübt werden, bei gleicher Behandlungsweise dieser Art der Bewegung wie jene und zwar von Ort und an Ort.

An diese Gang- und Hüpfarten reiht sich das Schottischhüpfen, eine Bewegung, welche aus dem Kibitzgang und dem Hopsergang zusammengesetzt ist, und eine gemischte Gang- und Hüpfübung bildet, die im Leben bekannt, eine sehr anwendbare und bildsame Uebung ist. Sobald nämlich der dritte Schritt eines linken oder rechten Kibitzschrittes vollendet, hüpft, wie beim Hopsergang, je das kaum niederge-

stellte Bein, welches den dritten Schritt eines Kibitzschrittes gemacht hat, vom Boden auf und nieder und das andere Bein beginnt aufs neue die ganze beschriebene Schrittweise, welche nun im Wechsel, bald vom linken, bald vom rechten Beine begonnen wird. Bei gewöhnlicher Darstellung des Schottischhüpfens im 2/4 Takte ordnet sich der Takt und Rhythmus der linken und rechten Bewegung etwa so:

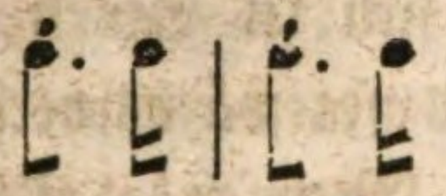


und es kann dabei auch wie beim Kibitzgang und Kibitzhüpfen der erste Schritt links und der erste Schritt rechts stampfend betont werden. Kibitzgang, Kibitzhüpfen, Schottischhüpfen und Hopsergang können auch im Wechsel aufeinanderfolgend und zwar von Ort und an Ort dargestellt werden.

Es kann nun ohne viel Schwierigkeit der Nachstellgang, wobei je nur ein Bein weiter schreitet, das andere zur geschlossenen Stellung dem ersteren nachgestellt wird, zur besondern Uebung gemacht werden. Der Lehrer befiehlt den in einer Reihe in Flanke Gestellten, nachdem er vorher die Uebung zur Anschauung gebracht, etwa so: Acht! Links vorschreiten mit Stampfen und rechts nachstellen mit Stampfen! Vorwärts! (im Umzug) — Marsch!, worauf sich die Reihe in dem Takte fortbewegt, welcher beim gewöhnlichen Taktgehen gilt. Dabei leitet der Lehrer durch: Links! Rechts! oder durch: Vor! Nach! Vor! Nach! und so fort die Bewegung. In gleicher Weise wird dann auch das Nachstellen des linken Beines, wobei das rechte Bein weiter schreitet, das linke nachstellt, geübt. Ist die Uebung im Stampfgang dargestellt, so wird geboten, daß beim Gehen und Nachstellen entweder nur das weiterschreitende, oder nur das nachstellende Bein stampfe. Wie beim gewöhnlichen Gehen die stampfende Betonung eines Beines, während des Ganges in Wechsel bald dem einen, bald dem andern Beine zugeordnet wurde, so kann auch dieser Stampfwechsel während des Nachstell-

ganges bald dem weiterschreitenden, bald dem nachstellenden Beine geboten werden. Nun kann auch die Uebung ohne Betonung durch Stampfen, bei gewöhnlichem Niederstellen der Füße ausgeführt werden und der Lehrer gebietet nur nach seinem Ermessen, sobald etwa Schwankungen im Gleichschritt eintreten, einmaliges Stampfen eines Beines, zur Wiedererneuerung des Taktes für die Fehlenden. Da wir bei dem oben beschriebenen Seitwärtsgehen das Gehen in dieser Richtung stets mit Nachstellen geordnet und beschrieben haben, so kann nun der Nachstellgang in beiden Richtungen seitwärts links und rechts aufeinanderfolgend mit dem Nachstellgange vorwärts wiederholt und geübt werden. Ueberhaupt kann auch der Lehrer an diese den Schülern bereits bekannte Uebung des Nachstellganges seitwärts anknüpfen, sobald er den Nachstellgang vorwärts, wie es hier geschehen soll, zur besondern Uebung macht. Wenn der Nachstellgang fertig geht, so kann auch der Nachstellauf im Takte geübt werden, wobei die gleichen Hülfsmittel für den Unterricht in Anwendung gebracht werden, wie sie beim gewöhnlichen Taktlauf aufgeführt worden sind. Auch hierbei wird die Geschwindigkeit der Laufschritte doppelt so schnell geordnet, als die Schrittzeiten des Ganges und der Wechsel des Nachstellganges und Nachstellaufes nach gleichen Regeln wie dort angeordnet und befehligt. Beide Uebungen werden dann auch aufeinanderfolgend und im Wechsel mit dem gewöhnlichen Gehen und Laufen, mit dem Zehengang und Zehenlauf, mit Kibitzgang und Hopsergang dargestellt, nur muß der Lehrer, sobald während einer Bewegungsart eine bestimmte Veränderung derselben in eine andere verkündet worden, die Befehle, nach Anleitung der oben gegebenen Befehlsfälle, so geben, daß zu gleichzeitig eintretendem Wechsel der Uebung der angemessene Zeitpnnkt gewählt wird. Eine Auswahl zugeordneter Armthätigkeiten, sowie die Behandlungsweise der Gemeinübung kann der Lehrer nun nach sei-

nem Ermessen leicht treffen und überhaupt die Durcharbeitung dieser Uebungen auf das mannigfaltigste vornehmen. Insbesondere bezeichnen wir hier noch die Fortentwickelung dieser besondern Schreitweise zum Nachstellhüpfen, welches im Leben bekannt ist unter dem Namen Galopphüpfen.

Der Lehrer zeige den Schülern, wie sich aus dem Nachstellgang auf Zehen das Galopphüpfen herleiten läßt, eine Uebung, welche die Schüler beim Kibitzhüpfen, wo dasselbe im Wechsel bald links, bald rechts ausgeführt wird, bereits gemacht haben und jetzt, wo je das weiter schreitende Bein, nachdem es niedergestellt, wieder abhüpft, das nachstellende andere Bein niederhüpft, worauf wieder das erste Bein zum Weiterschreiten, wie beim Beginne der Uebung niedergestellt wird und so fort die gleiche Bewegung sich stets wiederholt. Dabei übt der Lehrer in einer Singweise oder im Sprechen: Galopp! Galopp! und so fort Takt und Rhythmus der Bewegung hervor. Diese können in folgender Weise bezeichnet werden: $^2/_4$  oder: $^6/_8$

Die Schüler werden nun in einer Reihe in Flanke aufgestellt und sobald Nachstellgang auf Zehen in der Weise geordnet ist, daß das linke Bein weiterschreitet, das rechte Bein nachstellt, wird befohlen: Acht! Galopphüpfen links! — Hüpft!. Das „Hüpft!“ wird zugleich mit einem Nachstellen des rechten Beines gerufen. Auch hier folgen die Hüpfe doppelt so schnell aufeinander, als die Schritte des Nachstellganges, und die wechselnde Uebung hat für die Schüler wenig Schwierigkeit, sobald nur der Lehrer den Rhythmus derselben laut kund gibt, am zweckmäßigsten in einer Singweise. Während nun die Bewegung links erfolgt, kann der Lehrer rufen: Acht! Wechselt zum Galopphüpfen rechts! — Hüpft!. Hierbei wird das „Hüpft!“ zugleich mit einem Nachstellhüpfen des rechten Beines gerufen, das

Wechseln selber kennen die Schüler bereits durch die Bewegung des Kibitzhüpfens. Einen eigenthümlichen Reiz für die Uebenden gewährt auch das Galopphüpfen mit zugeordnetem Stampfen des je weiterschreitenden Beines, welches mit der gewöhnlichen Art der Darstellung in Wechsel gebracht werden kann. Nachdem die Reihe in der gewöhnlichen Umzugslinie das Galopphüpfen geübt hat, so kann die Reihe auch in einer Kreislinie links um die Mitte die Bewegung links ausführen, und rechts um die Mitte rechts galopphüpfen. Ebenso kann auch die Reihe sich in einer Schlängellinie von langgedehnten Windungen in der Weise im Galopphüpfen fortbewegen lernen, daß geordnet wird, es sollen die Einzelnen je bei den Windungen der Schlängellinie, welche sich links um eine Mitte biegen, links galopphüpfen, und je bei den Windungen, welche sich rechts um eine Mitte biegen, rechts galopphüpfen. Sobald das Galopphüpfen in der Richtung vorwärts geübt ist, kann der Lehrer gebieten: Acht! Die Reihe stellt sich in Stirn und geht im Takte mit Nachstellgang auf Zehen seitwärts rechts durch die Umzugslinie! Rechts antreten! — Marsch!. Sobald nun die ganze Reihe in geordneter Bewegung ist, wird geboten: Acht! Galopphüpfen seitwärts rechts! — Hüpft!.

Diese Uebung fällt den Schülern leicht und es kann der Lehrer während derselben noch folgende Thätigkeiten zuordnen, z. B. Hüftstütz der Hände, Aufstrecken der Arme und mit diesem zugleich auch Hochfassen der Hände aller Nebenleute, oder Händeklappen. Ebenso wird das Galopphüpfen seitwärts links geübt. Nachdem die Reihe wieder in Stirn gestellt, wird die Fortbewegung seitwärts links so angeordnet, daß der Letzte der Reihe Führer wird, der Umzug, welcher bei der vorausgegangenen Uebung links um die Mitte erfolgte, nun rechts um dieselbe ausgeführt wird. Wenn das Galopphüpfen in beiden genannten Richtungen seitwärts, in der größeren Umzugslinie dargestellt worden, wird dasselbe auch in einer Kreislinie geordnet, wobei, beim Galopp-

hüpfen seitwärts rechts, die Uebenden der Kreismitte zugekehrt, sich links um dieselbe, beim Galopphüpfen seitwärts links, rechts um die Mitte bewegen. Auch hierbei können die vorhergenannten Armthätigkeiten der Hüpfbewegung zugeordnet werden, namentlich auch das Hochfassen der Hände, mit welchem auch das gewöhnliche Händefassen der abhangenden gestreckten Arme in Wechsel gebracht werden kann. Eine schöne Darstellung gewinnt das Galopphüpfen in den beiden Seitenrichtungen, sobald sich die Reihe in langgedehnten untereinander gleichlaufenden geraden Linien, welche an ihren Enden durch kleine Bogen zu einer Schlängellinie verbunden sind, fortbewegt und zwar in der Weise, daß die Hüpfenden sich in den Angelwindungen zweier Linien, welche die bezeichneten kleinen Bogen bilden, nicht drehen, sondern nur im Wechsel der beiden Seitrichtungen bald rechts, bald links galopphüpfen. Die zuerst in Stirn gestellte Reihe setzt sich dabei seitwärts rechts in Bewegung; sobald nun mit seitwärts links hüpfen in die vorliegende Linie eingebogen werden soll, hüpft der Erste während des Wechselns aus dem Galopphüpfen rechts in die Bewegung links, etwa um zwei Schritte vorwärts und alsbald längs der Stirn der Reihe seitwärts links so lange fort, bis etwa zu der räumlichen Länge, welche die gestellte Reihe von dem rechten bis zu dem linken Flügel einnahm. Hat der Führer bis dahin die Hüpfrichtung links verfolgt, so biegt derselbe in gleicher Weise nun wieder in die dritte Linie mit Hüpfen seitwärts rechts ein und hält Richtung und Linie so lange ein, bis dieselbe etwa das gleiche Maß der Länge seiner in Stirn seitwärts hüpfenden Reihe hat, und so fort, bis die Schlängellinie durch mehrere Windungen durchhüpft ist und auf das Gebot des Lehrers im Umzug wieder zur ersten Aufstellung in einer Reihe gehüpft werden soll. Dem Führer folgen nun der Reihe nach alle Einzelnen nach und biegen in gleicher Weise wie er, ohne Drehung je an der Stelle in den

Windungen der Hüpflinie ein, an welcher er eingebogen, so daß die ganze Reihe stets in Stirn geordnet, nur bei wechselnder Richtung des Galopphüpfens seitwärts rechts und links die Schlängellinie durchzieht. Es gewährt dieß einen eigenthümlichen Anblick, wenn sich die in den gleichlaufenden Linien Nacheilenden in entgegengesetzten Hüpfrichten bewegen, die ganze Reihe gliedweise die Richtungsveränderungen vornimmt, die Nebenleute sich beim Hüpfen seitwärts links, rechts anreihen, beim Hüpfen seitwärts rechts wieder links anreihen. Diese Darstellung wird auch in Verbindung mit den verschiedenen Armthätigkeiten ausgeführt, so daß etwa bei dem zugeordneten Händefassen der Nebenleute diese je mit dem Wechsel in der Hüpfrichtung und der Anreihung die gefaßten Hände lösen und wieder zu neuem Erfassen verbinden müssen.

Nun können auch die drei tiefgestellten Reihen im Reihenkörper vereinigt werden und die Durchbildung der Uebung des Galopphüpfens kann in Verbindung gebracht werden mit den Uebungen geeinter oder getheilter Gliederung des Körpers, es können die bisher von nur einer Reihe Aller dargestellten Uebungen von dem ganzen Reihenkörper zugleich oder in aufeinanderfolgenden Zeiten nur von einzelnen oder mehreren Reihen und Rotten, oder endlich nur von Einzelnen gefordert werden. Als neue Entwickelung der Uebung wird jetzt auch während des Galopphüpfens durch Drehen der Richtungswechsel für die Hüpfenden geboten, so daß z. B. beim Hüpfen im Galopp rechts vorwärts in der Umzugslinie geboten wird: Acht! Galopp links, seitwärts links! — Um! und hierauf: Acht! Galopp rechts, seitwärts rechts! — Um!, wobei die Hüpfenden rechts Kehrt machen, und dann wiederum: Acht! Galopp links, vorwärts! — Um! und so fort.

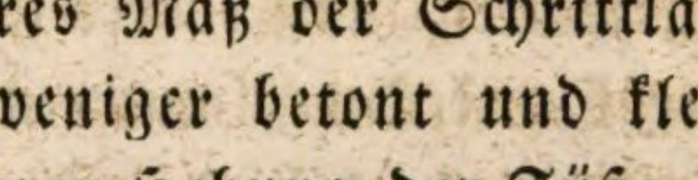
Da das lange fortgesetzte Galopphüpfen die Schüler müde und athemlos machen würde, so hat der Lehrer schon aus

dieser Rücksicht häufige Uebungswechsel anzuordnen und er muß dabei namentlich solche Bewegungsarten wählen, welche weniger Anstrengung erfordern und in langsamerem Zeitmaße geordnet sind, so daß die Schüler stets in gemessener Thätigkeit gespannt gehalten werden, oder daß selber auch häufig mit den Ordnungen der gemeinsamen Gliederungen, die Einzelübungen loser und weniger an Zeit gebunden gefordert werden. Besonders geeignet zu geordnetem Wechsel mit dem Galopphüpfen sind folgende Uebungen, von welchen wir nur dem Namen nach einige aufführen wollen: Kibitzhüpfen, Kibitzgang, gewöhnlicher Taktgang, Zehengang, Nachstellgang, Nachstellauf, Hopsergang, Schlaggang auf den Zehen, Hinken, wechselbeiniges Hüpfen, gewöhnlicher Taktlauf und andere Uebungen mehr.

Wir lassen nun noch den Wiegschritt folgen, welcher, wie die zum Kibitzschritt verbundene Schrittweise, eine reiche Entwickelung von Gang-, Lauf- und Hüpfarten bietet. Auch der Wiegschritt ist eine eigenthümliche Verbindung von drei Schritten, wie der Kibitzschritt und wird aufeinanderfolgend bald rechts, bald links geübt. Aus der Stellung schreitet, wenn die Uebung links ausgeführt werden soll, das linke Bein weiter, das rechte schreitet nun gleichfalls, bei gewöhnlicher Darstellung, mit einem kleineren Schritte weiter, worauf der Uebende, der bereits auf rechtem Beine steht, und das linke zum Schreiten gehoben hat, dieses wieder auf die verlassene Stützfläche niederstellt und sich wieder im Wechselstande auf dasselbe stellt, indem zugleich mit dieser Gegenbewegung des Leibes, von welcher die Benennung der ganzen Uebung hergeleitet ist, das im Schrittverhältniß spreizend gehaltene rechte Bein den kaum betretenen Boden verläßt, der Wiegschritt links beendet ist. Soll nun in Aufeinanderfolge mit der Wiegschrittbewegung links die rechts folgen, so wird das rechte kaum gehobene Bein zum ersten Schritt wieder niedergestellt, das linke Bein schreitet mit kleinerem Schritte weiter und die Wiegbewegung des Leibes wird nun

im Wechselstande auf dem linken nachgestellten und rechten weitergestellten Beine ausgeführt, worauf der Wiegschritt wieder links und so fort wieder rechts erfolgt. Der unterrichtende Lehrer hat, wenn er die Uebung zeigt, besonders auf die unterscheidenden Merkmale dieser Bewegung im Vergleich mit der des Kibitzschrittes, wobei ein Nachstellen je des zweiten Schrittes erfolgt, aufmerksam zu machen, während beim Wiegschritt der zweite Schritt auch ein Weiterstellen erfordert und erst der dritte Schritt des Wechselstandes gleichsam als ein Nachstellen bezeichnet werden kann. Die wiegende Bewegung des Leibes tritt anschaulicher hervor, wenn die Uebung links und rechts im Wechsel aufeinanderfolgend dargestellt wird, ganz besonders aber dann, wenn je die ersten Schritte links und rechts, seitwärts links und rechts hin erfolgen, so daß sich der Leib in beiden Seitenrichtungen hin und her bewegt. Wir werden auf diese Uebung selber zurückkommen und beginnen nun mit dem Unterrichte des Wiegschrittes selber.

Der Lehrer stellt die Schüler in einer Reihe in Stirn auf und zeigt denselben den Wieggang, wobei er je den ersten Schritt entschieden hervorhebt, bald durch Betonung des Stampfens, bald durch größeres Maß der Schrittlänge, während er den zweiten Schritt weniger betont und kleiner macht, den Wechselstand bei sichtbarer Hebung der Füße über den Boden und mit wiegender Gegenbewegung ausführt. Dann wird geboten: Acht! Wieggang mit Vorschritten und Stampfen je des ersten linken und rechten Schrittes! Links antreten! Vorwärts! — Marsch!.

Während nun die Schüler sich in der Umzugslinie vorwärts bewegen, rufe der Lehrer: Links, Rechts, Links; Rechts, Links, Rechts und so fort, oder: Eins, Zwei, Nach; Eins, Zwei, Nach. Takt und Rhythmus des gewöhnlichen Wiegganges sind folgende: $^3/_4$  und müssen von dem Lehrer bald durch Zählen, bald durch Sin-

gen hervorgehoben werden und selber die Schüler können aufgefordert werden, das Zählen und Bezeichnen der Schritte zugleich mit dem Lehrer laut zu sprechen. Im Anfange wird ein langsames Zeitmaß und bei zunehmender Gewandtheit in der Uebung dann auch ein schnelleres Zeitmaß geordnet. Es wird einige Mühe und Zeit kosten, bis alle Schüler den Wieggang richtig darstellen und fertig ausüben lernen. Da es häufig vorkommt, daß dieselben den Kibitzschritt statt des Wiegschrittes üben, oder auch umgekehrt die letztere Bewegung mit der ersteren verwechseln, so ist es zweckmäßig, wenn der Lehrer oft beide Uebungen aufeinanderfolgend macht und die Schüler dann auffordert, die nun gezeigten Uebungen unterscheidend zu benennen, auf die Frage, welches der Wiegschritt, welches der Kibitzschritt sei. Haben erst die Schüler einige Fertigkeit in der neuen Uebung, dann wird oft im Wechsel der Wieggang und Kibitzgang geboten und der Lehrer bringt durch aufeinanderfolgende Darstellung der verschiedensten Gangarten immer mehr Bestimmtheit in eine jede besondere, wobei es wesentlich ist, daß er die Schüler gewöhne, die Bewegungsweise bei einer jeden schon an ihrem Rhythmus zu erkennen, so, daß bei gebotenen Wechseln der Gang-, Lauf- und Hüpfarten mit dem Befehl und der Angabe der rhythmischen Zeichen von Seite des Lehrers alsbald die Schüler einen schnell wirkenden Anhalt für das Ordnen ihrer Bewegungen gewinnen. Oefter kann darum der Lehrer bekannte Rhythmen und feststehende Singweisen den Schülern kund geben und diese auffordern, die Bewegungen zu benennen, welche sich an dieselben anschließen.

Nun kann auch der Wieggang mit Seitschritten vorgenommen werden, die Darstellungsweise der Bewegung, welche das Eigenthümliche dieser Schrittweise am entschiedensten hervorhebt und darum auch die meiste Anwendung findet. So oft nun bei den Uebungen im Wechsel der verschiedenen Gangarten „Wieggang“ geboten wird, so wird damit diese

gewöhnliche Darstellung mit Seitschritten gemeint und bezeichnet, während das Wieggehen mit vorwärts gerichteten Schritten, oder mit anders gerichteten stets umschrieben und näher bestimmt wird. Die Uebung ist folgende. Der erste Schritt erfolgt dabei entschieden seitwärts, oder wenn sich der Uebende zugleich vorwärts fortbewegen soll, mehr oder weniger schräg vorwärts, der zweite Schritt folgt der gleichen Richtung und das schreitende Bein wird zum Kreuzschritt vor dem andern niedergestellt, worauf der Wechselstand die Bewegung einer Seite beendet, das zum Kreuzschritt gestellte und wieder gehobene Bein nach der entgegengesetzten Richtung seitwärts oder schrägvorwärts schreitet und die Bewegung nach der andern Seite hin beginnt. Sobald die Schüler diesen Wieggang üben, kann der Lehrer durch Rufen: Seit, Vor, Nach, oder: Links, Kreuzschritt, Nachschritt, die Bewegung kennzeichnen und leiten. Auch hier muß im Anfang je der erste linke und rechte der drei Schritte durch Stampfen betont und unterschieden werden und der Gang kann auf Gebot bald vorwärts, bald an Ort ausgeführt werden. Dabei hat der Lehrer zu verhüten, daß die Schüler den zweiten Kreuzschritt nicht übermäßig erweitern, den Fuß mit dem Beine nicht einwärts drehen, oder selbst den ganzen Leib drehen. Es ist zweckmäßig, wenn der Kreuzschritt so geordnet wird, daß die hintere Seite der Ferse des Beines, welches diesen zweiten Schritt je zu machen hat, beim Niederstellen des Fußes leise die vordere innere Fußseite des Beines, das den ersten Seitschritt gemacht hat, berührt, beide auswärts gerichtete Füße einen Winkel bilden, weßhalb auch dieser Wieggang gewöhnlich in zweiter Stellung gemacht werden soll. Diese gewöhnliche Darstellungsweise des Wieggangs wird dann auch im Wechsel mit der zuerst beschriebenen, dem Wieggang mit Vorschritten geübt, wobei, wenn einmal die Bewegung mit Betonung je der ersten Schritte mit Stampfen fertig geht, auch geordnet werden kann, daß alle drei Schritte jeder Seite im Stampf-

gang, oder im gewöhnlichen geräuschloseren Tritte erfolgen. Dann kann auch geboten werden: Acht! Wieggang, links antreten und Stampfen nur der linken Schritte! (worunter die Schritte, welche zusammen den Wiegschritt links ausmachen, verstanden werden.) Vorwärts! — Marsch! und dann im Wechsel: Acht! Stampfen nur der rechten Schritte! — Marsch!. Das „Marsch!“ wird hierbei geboten zugleich mit dem Niederstellen des Fußes, welcher den dritten der drei Schritte macht, in diesem Falle also beim Niederstellen des linken Fußes.

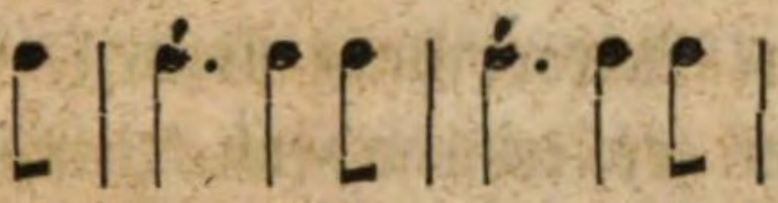
Nachdem nun auch bereits geübte Gang-, Lauf- und Hüpfarten in geordnetem Wechsel mit den beschriebenen Darstellungsweisen des Wiegganges gebracht worden, können auch zugleich im Anschluß an den Rhythmus dieser Gangbewegung Armübungen zugeordnet werden. So kann z. B., nachdem erst die Schüler geübt worden, während des Wieggehens die verschiedenen Haltungen der gestreckten und gebeugten Arme auszuführen und nun wieder im Wieggehen begriffen sind, geboten werden: Acht! Stampft je den ersten Schritt rechts! — Marsch! und dann: Gleichzeitig mit diesem Stampfen Aufschwingen der gestreckten Arme und gleichzeitig mit dem ersten Schritte links Abschwingen derselben! — Marsch!, worauf die Uebenden diese Armbewegungen stets beim Wechsel des Wiegschrittes rechts und links ausführen und fortsetzen, bis etwa der Lehrer befiehlt: Acht! Arme! — Ab! oder: Hände zum Hüftstütz! — An! oder: Arme vor der Brust verschränken! — An!. Das Auf- und Abschwingen der gestreckten Arme während des Wiegganges kann auch in schnellerem Wechsel so geordnet werden, daß je bei dem ersten Schritte dreier Wiegschritte das Aufschwingen, je bei dem dritten Schritte das Abschwingen erfolgt, entweder nur bei dem Wiegschritt der einen Seite, oder beidseitig. In gleicher Weise kann dann auch das Seit- und Vorstrecken im Wechsel mit dem Abhangen der Arme, mit dem Hüftstütz derselben,

mit dem Händeklappen, oder mit der Armverschränkung vor der Brust, mit dem Wieggehen verbunden werden.

Erst wenn die Schüler Gewandtheit in dieser Gangweise haben, wird auch der Wieggang auf Zehen dargestellt und nach diesem der Wieglauf, wobei im $^3/_8$ Takt die Wiegschritte gehüpft werden, doppelt so schnell als beim Wieggehen. Der Lauf wird bald auf ganzem Fuße, bald nur auf Zehen geordnet, bald mit Betonung der drei Wiegschritte oder nur je des ersten der drei Schritte und endlich ohne Betonung des Stampfens, mit gewöhnlichem Niederhüpfen der laufenden Beine. Auch hierbei begleitet der Lehrer die beschleunigte Bewegung mit einer hüpfenden Singweise, welche den Rhythmus der je gestoßenen drei Hüpfschritte nachahmt. Wieggang und Wieglauf werden im Wechsel dargestellt, die eine Bewegung gewinnt Bestimmtheit an der andern.

Wir lassen nun als weitere Entwickelung des Wiegschrittes die Hüpfart folgen, welche wir als gewöhnlichste Darstellung „Wieghüpfen“ nennen und uns vorbehalten wollen, die Arten des Wieghüpfens, wobei andere, als die hier zu beschreibende Bewegungen vorkommen, zu umschreiben und genauer zu bezeichnen. Das gewöhnliche Wieghüpfen, welches wir hier folgen lassen, ist aus dem gewöhnlichen Wieggang mit Seitschritten abgeleitet und wird so dargestellt, daß bei dem Beginnen der Uebung links aus der zweiten Stellung das rechte Bein abhüpft, indem zugleich das linke Bein in mäßigem Bogen spreizt und zu dem Seitschritt niederhüpft, das rechte Bein zum Kreuzschritt vor das linke niedergestellt wird und nun zum Schlusse eines Wieghupfes der Wechselstand wie beim Wieggang erfolgt. Der Wieghupf rechts folgt nun so, daß das linke Bein abhüpft, das rechte die gekreuzte Haltung vor dem linken Beine durch Bogenspreizen verläßt und zum ersten Seitschritt rechts niederhüpft, worauf das linke Bein zum Kreuzschritt vor das rechte Bein niedergestellt wird, und zum Schluß des Wieghupfes rechts der Wechselstand erfolgt. Der geeignetste Takt für eine jede der

beiden Bewegungen ist $^6/_8$ Takt, wobei also je auf einen Wieghupf ein ganzer Takt kömmt. Die Bewegung wird auf die Takttheile so geordnet, daß das je die Bewegung einleitende und vorausgehende Ab- und Niederhüpfen der verschiedenen Beine eine $^1/_8$ Zeit erfüllt und als sechstes Achtel eines ganzen Taktes den Auftakt bildet, worauf das zum Kreuzschritt gestellte Bein, welches eigentlich den zweiten Wiegschritt ausführt, den ganzen Takt beginnt und $^3/_8$ Zeit steht, worauf mit diesem im Wechselstand das zurückgestellte andere Bein nur $^2/_8$ Zeit steht und die Zeit des letzten $^1/_8$ wieder als Auftakt mit der erneuerten Bewegung des Ab- und Niederhüpfens erfüllt wird. Wir geben folgende Versinnlichung für das Wieghüpfen eines Hupfes links und rechts:



und bemerken noch, daß bei gewöhnlicher Uebung ein mäßiges Zeitmaß der Geschwindigkeit eingehalten werden soll, daß überhaupt das Wieghüpfen, welches stets auf Zehen ausgeführt wird, im Verhältniß zum Wieglaufen eine gebundene Bewegung ist, was auch bei der begleitenden rhythmischen Singweise beachtet werden muß.

Haben die Schüler das Wieghüpfen in aufeinanderfolgendem Wechsel mit Wieggehen und Wieglaufen genauer unterscheiden und darstellen gelernt, so kann der Lehrer demselben auch rhythmische Armthätigkeiten zuordnen, wie beim Wieggehen und es kann selber diese Hüpfart, bei gleicher Schrittweise, wie die beim Vorwärtshüpfen beschriebene, in der Richtung rückwärts geübt werden, wobei je das zum Seitschritt niederhüpfende Bein sich schräg rückwärts bewegt, und endlich auch in beiden Seitenrichtungen links und rechts, wobei je das niederhüpfende Bein sich entschieden seitwärts bewegt. Dabei muß aber der Lehrer zeigen, daß z. B. beim Wieghüpfen seitwärts links je der Wieghupf links mehr Raum links hin gewinne, als der rechts hin geschehende Wieghupf rechts, welcher den Hüpfenden etwa nur halb so weit fortbewegen soll, als der linke Hupf. Die Schüler be-

greifen bei gegebener Anschauung leicht den Zweck dieser Anordnung und haben aus Erfahrung bereits gelernt, daß sich der mit gleichen Seitschritten Wieghüpfende nur hin und her auf gleicher Stelle, an Ort und nicht von Ort bewegt. Der Lehrer wird nun selber ermessen, in welcher Weise der Gemeinübung er die Schüler dieses Wieghüpfen in den von der gewöhnlichen Hüpfrichtung abweichenden Richtungen vornimmt. Wie beim Taktgehen, Taktlaufen, Hopsergehen, Kibitzgehen und den verschiedenen im Takte darstellbaren Hüpfübungen die Zeit der Bewegung bald gemäßigt, bald gesteigert werden kann, damit die im Anschluß an die gemessene Zeit gebundene Uebung zu freierer und mannigfaltigerer Entwickelung komme, so kann der Lehrer auch das Wieghüpfen an verschiedene Zeitordnung binden.

Nachdem unsere Schüler mit der größeren Entwickelung ihrer leiblichen Thätigkeiten in Freiübungen, welche stets in Gemeinübung der verschiedenen Ordnungen ausgeführt wurden, auch reicher geworden sind an Vorstellungen und Begriffen, kann der Lehrer wieder eine weitere Auswahl von Ordnungsübungen folgen lassen. Die drei Reihen werden in einer Reihe in Flanke gestellt und es wird geboten: Acht! Taktgehen an Ort, links antreten! — Marsch! und hierauf: Acht! Die dritte Reihe zieht links von der ersten und zweiten Reihe (in Linie) vor die erste Reihe. Sobald unter Leitung des Lehrers, der die Schüler auffordert, bei diesen Uebungen des Vorziehens stets eine Ganglinie einzuhalten, welche längs der Aufstellungs- oder Ganglinie der bereits aufgestellten oder gehenden Reihe hinläuft, die dritte Reihe wieder in die Linie vor der ersten Reihe eingebogen und an Ort geht, wird geboten: Acht! Zweite Reihe in die Linie vor die zweite Reihe! — Marsch! und endlich: Acht! Erste Reihe in die Linie vor die zweite! — Marsch!, worauf die drei Reihen wieder in erster Aufstellungsordnung gereiht stehen, wenn auch in einem Abschnitte der gewöhnlichen Umzugslinie, welcher um eine Reihenlänge der geeinigten drei

Reihen von dem zuerst eingenommenen räumlichen Abschnitte derselben abliegt. Das Vorziehen der dritten, zweiten und ersten Reihe wird dann auch so geordnet, daß je die hintere Reihe aus der Stellungslinie ausbiegt, worauf die zweitletzte der bereits vorausziehenden, z. B. der dritten folgt, sobald diese bei ihrem Führer vorübergezogen ist und dann mit der gleichfalls nachziehenden ersten Reihe wiederum in die Verlängerung der ursprünglichen Stellungslinie einbiegt, wenn die nun vorausziehende dritte Reihe in derselben bereits eingetreten ist. Wenn diese Ordnungsübung in der Weise vorbereitet worden ist, so kann dieselbe auch so dargestellt werden, daß während des ununterbrochenen Vorwärtsgehens die einzelnen Reihen im Wechsel vorziehen vor die andern. Der Lehrer macht dabei die Schüler aufmerksam, daß je die Reihe, welche vorn zieht, ihre Schritte verkürze, während die Reihe, welche im Vorziehen begriffen ist, bei gleichem Taktgang mit den andern Reihen, ihre Schritte verlängern müsse, so lange, bis auch sie an die Spitze der andern Reihen gelangt ist. Wenn anfangs die vorziehenden Reihen links von den andern vorüberzogen, so kann dann ebenso das Vorüberziehen rechts von den vordern Reihen geordnet werden.

Der Lehrer, welcher die drei Reihen wieder in eine Reihe in die Flanke gestellt, verkündet jetzt, die Reihe solle sich längs ihrer rechten Seite im Gegenzug fortbewegen. Hierbei geht der sich im Gehen vorwärts fortbewegende Führer rechts in einem kleinen Halbkreis und schreitet alsbald wieder in einer geraden mit der Aufstellungslinie der Reihe gleichlaufenden Linie vorwärts und alle einzelnen Gereihten folgen nach einander dem Führer in derselben Ganglinie, so daß sich die Reihe nun im Weiterziehen in der gewöhnlichen geschlossenen größeren Umzugslinie längs der Schranken des Uebungsplatzes, rechts um fortbewegt. Wenn nun die Reihe während des Taktgehens vorwärts im gewöhnlichen Umzug begriffen ist, so kann befohlen werden: Acht! Gegenzug rechts! — Marsch! und sobald dieser vollbracht,

wiederum: Gegenzug links! — Marsch!, worauf der Führer im kleinen Halbkreis links und dann längs der linken Seite der Reihe vorwärts geht, die Einzelnen der Reihe demselben folgen und links gegenziehen. Wenn einmal bestimmt worden, daß der Gegenzug „längs der Reihe“ erfolgen soll, so braucht dieser Zusatz der näheren Bestimmung beim Befehle nicht wiederholt zu werden, die Schüler halten eine geübte, oft wiederkehrende Ordnungsübung leicht ein. Da nun bei den Biegungen der geschlossenen gewöhnlichen Umzugslinie die Reihe oft selber eine gebogene Gestalt hat, so wird den Schülern geboten, beim Gegenziehen stets eine Linie einzuhalten, welche mit der Ganglinie der Reihe gleichläuft, möge dieselbe eine gerade oder kreisförmige sein, überhaupt stets den Anhalt an der gehenden Reihe selber zu nehmen.

Die Schüler haben jetzt soviel Ordnungsfertigkeit in den Bewegungen der Reihe, daß der Lehrer gebieten kann: Acht! Gewöhnlicher Umzug, Vorwärts! — Marsch! und dann: Führer rechts um! — Marsch!, worauf die ganze Reihe diesem folgt, indem ein jeder Einzelne das rechts um ausführt, sobald er auf dem Punkte der Ganglinie angekommen, auf welchem der Führer in eine andere Linie rechtwinklig einbog. Nachdem nun diese gerade Linie eingeschlagen, kann der Lehrer, anfangs in längeren, dann aber auch in kürzeren Zeitfolgen bald: Führer, links um! oder: rechts um! — Marsch! gebieten, wobei sich die Reihe in rechtwinklig zusammengesetzten geraden Ganglinien fortbewegt. Der Lehrer sucht bei den Schülern nur möglichst genaues Nachkommen seiner Anordnungen, soweit sie dieser Altersstufe eben zugemuthet werden können, zu erreichen. Im Wechsel mit dieser Fortbewegung in rechtwinkligen Einbiegungen der Reihe wird dann auch der Gegenzug dargestellt, welcher jetzt, bei dem in langsameren oder kürzeren Zeitfolgen erneuten Befehl: Gegenzug rechts! und hierauf: Gegenzug links, die Fortbewegung in der Schlängellinie bewirkt, welche damit zu größe-

ren oder kleineren Gegenbewegungen und langsamer oder schneller wiederkehrenden Windungen angeordnet werden kann.

Nun kann auch der Lehrer die Reihe rechts oder links in größeren oder kleineren Kreislinien oder zur Achte (8) verbundenen Kreislinien fortbewegen, indem er befiehlt: Acht! Kreisgehen, Führer links um! — Marsch!, oder: Acht! Kreisgehen, Führer rechts um! — Marsch!, worauf im ersteren Falle alle Einzelnen wie der Führer in die Kreislinie einbiegen, sobald sie den Angelpunkt, welcher die neue Ganglinie mit der ersten Ganglinie bildet, erreicht haben. Ohne Schwierigkeit können dann auch nur Halbkreise, oder Kreisbogen aller Art geordnet und namentlich zum Schlängeln in Bogenlinien vorausbezeichnet und von der Reihe, welche dem Führer folgt, durchgangen werden. Der Lehrer knüpft hierbei die Fortbewegung der Reihe in den verschiedenen kreisförmigen einfacheren oder zusammengesetzteren Ganglinien, welche den Schülern bereits in Uebungen, die der Lehrer als Zugführer geleitet hatte, bekannt geworden, absichtlich an den Befehl, um die Schüler selbstständiger zu machen und unabhängig von seiner eigenen Führung. Es wird z. B. verkündet: Acht! Schlängeln in Kreisbogen, Führer rechts um! — Marsch! und dann, stets nach dem Ermessen des Lehrers nach zurückgelegtem größeren oder kleineren Kreisbogen: links um! — Marsch! und so fort im Wechsel der beiden Befehle. Dann kann auch geboten werden: Acht! Führer, Kreisgehen zur Achte, links um! — Marsch! und hierauf nach durchzogenem größeren Halbkreis: Rechts um! — Marsch!. Der Lehrer hat dabei zu beachten, daß die beiden Kreise so weit gedehnt seien, daß die ganze Reihe in einem Kreise Platz findet und das Weiterziehen des Führers durch die verbundene zweite Kreislinie ungestört vor sich gehen kann.

Wie der Gegenzug der Reihe beim Gehen derselben in gerader Linie gemacht wurde, so kann derselbe auch jetzt geordnet werden, wenn die Reihe in einer bogenförmigen Li-

nie, in einer Kreislinie und selber in einer aus Bogen zusammengesetzten Schlängellinie zieht und zwar so, daß der Gegenzug längs der Reihe bald rechts, bald links geboten wird.

Es fällt jetzt den Schülern leicht, auch das Ziehen und Gegenziehen in der Schneckenlinie zu lernen, wobei aber der Lehrer selbst wieder die Reihe führt. Die Reihe folgt dem Lehrer in einer in weitem Bogen geschweiften Linie, welche sich stets in Schneckenwindung nach der Mitte verjüngt. Sobald nun einige Windungen durchzogen und diese in der Richtung rechts um erfolgten, so ruft der Lehrer: Gegenzug links um! und die Einzelnen der Reihe wechseln nach einander, wie er selber in dem Punkte der Schneckenlinie aus dem Kreisgehen rechts um zum Kreisgehen links um und folgen im Gegenzug längs der Reihe den sich nunmehr immer mehr erweiternden Schneckenwindungen. Wie hierbei der Einzug in die Schnecke rechts der Gegenzug links erfolgte, so kann jetzt auch links in die Schnecke eingezogen werden mit dem Gegenzug rechts aus derselben. Im Anfang führe der Lehrer die Schüler nur durch wenige Schneckenwindungen, welche in größerem Abstande auseinander liegende, gleichlaufende Linien bilden, damit beim Gegenziehen die Schüler ihre Einreihungsordnung leichter einhalten können. Haben dann die Schüler einmal die Uebung begriffen und hat ihre Achtsamkeit an Spannkraft zugenommen, so können die Windungen der Schnecke vervielfältigt, die untereinander gleichlaufenden Schneckenlinien in kleinerem Abstande von einander gehalten werden. Es ist zweckmäßig, wenn die ganze Uebung im Taktgehen ausgeführt wird, die eine Ordnung unterstützt die andere.

Eine weitere Entwickelung gewinnen diese Ordnungsübungen der Reihe, wenn der Lehrer den Umzug längs der Reihe, wobei die Bewegung mit dem Gegenziehen beginnt und zum wiederholten Gegenziehen in gleicher Richtung fortgesetzt wird, so daß die Ganglinie der Reihe eine geschlossene wird, indem je der Vorausziehende mit Kreisgehen in kleinem

Bogen wieder in die Ganglinie gegenzieht, welche der Letzte der Reihe geräumt hat und sich diesem anreiht. Dieser Umzug, bei welchem sich die ganze Reihe um sich selber bewegt, endet damit, daß nach durchgangener Umzugslinie die Reihe wieder in ihre zuerst eingenommene Stellungslinie zurückkehrt. Der Lehrer stellt zuerst wieder die eine Reihe in gerader Linie in Flanke auf und befiehlt: Acht! Umzug rechts längs der Reihe im Taktgehen! — Marsch! und ebenso Umzug links. Nach vollendetem Umzug kann dann die Reihe den gewöhnlichen Umzug in der mit den Schranken des Platzes gleichlaufenden Linie machen und während der Fortbewegung wird dann der Umzug längs der Reihe, oder mit diesem wieder im Wechsel nur der einfache Gegenzug befohlen. Diese Aufforderung zum Umzug längs der Reihe wird dann gegeben, sowohl, wenn sich dieselbe in gerader Ganglinie bewegt, als auch dann, wenn sie die Einbiegungen der allgemeinen Umzugslinie durchzieht. Eigenthümlich gestaltet sich der Umzug längs der Reihe, wenn diese sich in einer aus geraden Linien zusammengesetzten Ganglinie fortbewegt, oder in kreisförmigen Linien, wie z. B. in der Kreislinie der Achte, in der Schlängellinie, in der Schneckenlinie und bildet überhaupt mit dem Gegenzug eine der anwendbarsten Ordnungsübungen, die noch das Eigenthümliche hat, daß der Umzug einmal nur oder als fortgesetzter Umzug mehreremal aufeinanderfolgend dargestellt werden kann.

Wenn der Gegenzug und Umzug der einen Reihe von den Schülern begriffen und fertig geübt ist, so kann der Lehrer die eine Reihe wieder in ihre drei Glieder theilen, so daß alle drei Reihen in einer Linie in Flanke gestellt sind. Der Lehrer bestimmt dann für jede der drei Reihen den Führer, prüft vor dem Beginnen der Uebung durch die bekannten Mittel, ob ein jeder seine besondere Eingliederung kennt und ordne hierauf etwa folgende Uebungen und Befehle: Acht! Erste Reihe Taktgehen vorwärts! — Marsch! und während nun die Reihe in der gewöhnlichen Umzugslinie sich

Bayerische Staatsbibliothek München

fortbewegt, wird im Wechsel, bald der Gegenzug, bald der Umzug längs der Reihe, sowohl rechts als auch links, in gleicher Weise, wie oben diese Uebungen mit den zu einer Reihe vereinten drei Reihen beschrieben worden und zwar bei der Fortbewegung der einen kleineren Reihe in geraden, kreisförmigen und zusammengesetzten Linien aller Art, wie wir dieselben oben namhaft gemacht haben. Hat der Lehrer mit der ersten der drei Reihen die gerade beabsichtigten Ordnungsübungen gemacht, so wird derselben geboten, im gewöhnlichen Umzug sich der dritten aufgestellten Reihe anzureihen. Nun wird die zweite Reihe und nach dieser die dritte Reihe zu gleicher Uebung je einer einzelnen Reihe vorgeboten und beide reihen sich je nach Anordnung des Lehrers wieder an die bereits gestellten Reihen an, so daß mit der Anreihung der dritten Reihe die ganze Linie der in Flank gestellten drei Reihen wieder hergestellt ist. Nun gebietet der Lehrer: Acht! Im Taktgang vorwärts zum gewöhnlichen Umzug! — Marsch!, worauf die vereinigten drei Reihen zugleich die Fortbewegung in einer Reihe beginnen. Während des Gehens ruft nun der Lehrer etwa: Eine jede der drei Reihen längs ihrer Reihe Gegenzug rechts! — Marsch!, worauf die Führer der drei Reihen zugleich zum Gegenzug einbiegen, die Einzelnen jeder Reihe ihren Führern folgen, so daß nach erfolgtem Gegenzug alle drei Reihen wieder eine in Flank geordnete Reihe bilden, wenn auch bei veränderter Einreihungsordnung der ursprünglichen Anreihung der Reihen unter einander. Nachdem sich die ganze Reihe nun einige Zeit innerhalb der gewöhnlichen Umzugslinie fortbewegt hat, kann etwa geboten werden: Acht! Eine jede Reihe Gegenzug links! — Marsch! und die ganze Reihe wird wieder in ihre ursprüngliche Ordnung hergestellt.

Wie mit einander die in einer Reihe umziehenden einzelnen Reihen den Gegenzug eine jede längs ihrer besondern Reihe darstellten, so kann in gleicher Weise nun auch der Umzug rechts oder links, für eine jede Reihe in gleichzeitige

Bayerische Staatsbibliothek München

Ausführung gebracht werden und beide Uebungen, der Gegenzug und der Umzug, können endlich auch im Wechsel aufeinanderfolgend dargestellt werden.

An diese Darstellungen des Gegenzuges und Umzuges einer Reihe und mehrerer in Linie Flank' gestellter Reihen schließt sich jetzt folgende weitere Entwickelung dieser Ordnungsübungen. Der Lehrer läßt die zweite und dritte Reihe sich links von der ersten in Flank geordneten anreihen, so daß die Rotten oder Gleichzähligen der drei Reihen in Stirn stehen, und der ganze dreigliedrige Reihenkörper wird zum Taktgehen vorwärts und Umziehen der gewöhnlichen Umzugslinie aufgefordert. Dann wird befohlen: Acht! Gegenzug mit Rotten rechts, längs dem Reihenkörper! — Marsch!, worauf die erste Rotte in fester Ordnung rechts in einem kleinen Kreisbogen eine halbe Schwenkung macht und gegenzieht, die nachfolgenden Rotten je an dem gleichen Abschnitte der geordneten Umzugslinie gleichfalls schwenken und der ersten Rotte nachziehen, worauf, sobald alle Rotten in die Linie eingeschwenkt haben, der Reihenkörper wieder gerade vorwärts zieht. Sobald nun die Fortbewegung einige Zeit lang gewährt, befiehlt der Lehrer auch den Gegenzug links und dann im Wechsel mit dem Gegenzug auch den Umzug mit Rotten rechts und links längs dem Reihenkörper. War dessen Ganglinie und Gestalt bisher eine gerade, so kann der Lehrer den Reihenkörper nun auch in einer größeren und kleineren Kreislinie gehen lassen und längs der gebogenen Seite desselben den Gegenzug und Umzug gebieten. Selber das Gehen in einer Schneckenlinie kann in der gegebenen Ordnung des Reihenkörpers unter Führung des Lehrers unternommen werden und es können die Rotten bald im Gegenzug, bald im Umzug durch die Windungen dieser Linie, welche hierbei in einem weiten räumlichen Abstande untereinander gehalten werden müssen, geführt werden. Zu festerer Bindung der Ordnung kann geboten werden, daß sich die Einzelnen der Rotten Arm in Arm,

oder Hand in Hand fassen, ein Hülfsmittel, das namentlich bei Ordnungsschwachen nicht zu übersehen ist.

Die Auflösung der zum dreigliedrigen Reihenkörper gereihten Reihen zu einer Reihe kann nun auch durch Gegenzug der einzelnen Reihen geordnet werden, indem der Lehrer während der Aufstellung oder Fortbewegung des Körpers zuerst der ersten Reihe gebietet, den Gegenzug rechts zu machen, worauf, wenn der Letzte der Reihe abgezogen ist, der zweiten und endlich, wenn auch deren Letzter abgezogen ist, der dritten Reihe der Gegenzug rechts geboten wird. Nun zieht wieder die aus drei Reihen bestehende eine Reihe in Flanke weiter und der Lehrer kann im Wechsel den Gegenzug und Umzug bald von der einen Reihe, bald von jeder einzelnen der drei Reihen und endlich auch von dem gerotteten Reihenkörper darstellen lassen. Uebung macht den Meister, zu welchem hier der Gemeinkörper unserer jugendlichen Schaar in all den verschiedenen Ordnungsübungen und mannigfaltigen Umsetzungen seiner Gliederungen erzogen werden soll. Es genügt, wenn unsere Schüler die bisher genannten Ordnungsübungen im Taktgehen darstellen können, der Lehrer kann die Verbindung verschiedener Gang-, Lauf- und Hüpfarten mit diesen Ordnungsübungen einer vorgerückten Altersstufe vorbehalten.

Unsere Schüler, welche ihre allgemeine Einreihung in der einen Reihe, so wie ihre besondere Einreihung je in einer der drei Reihen und endlich die in den Rotten der Gleichzähligen erfaßt haben, können nun in eine noch größere Gliederung, neben der bereits bestehenden, getheilt werden, wodurch die Umgestaltung in Reihenkörper verschiedener Ordnung eigenthümliche Uebungen darbietet. Der Lehrer stelle die eine Reihe in Stirn auf und verkünde, es solle jetzt eine jede der drei Reihen in sechs Reihen von zwei Gereihten getheilt werden, so daß die drei Reihen achtzehn Paare oder kleinste Reihen zählen. Dann beginnt er bei dem rechten Flügel der Aufgestellten die Eintheilung, indem er je durch

„Eins," „Zwei" Zählen den Ersten und Zweiten der achtzehn Reihen von Paaren bestimmt. Durch Zeichengeben von Seite der Aufgerufenen sucht nun der Lehrer zu ermitteln, ob sich die Eingetheilten in ihrer neuen Ordnung erkennen. Diese Uebungen der Prüfung können etwa so angestellt werden, daß der Lehrer zuerst erforscht, ob alle Ersten oder Einer und alle Zweiten oder Zweier der achtzehn Reihen ihre Zusammenhörigkeit als Gleichzählige (oder Rotten) kennen und bezeugen können, was dann noch dadurch in bestimmtere Gränzen gebracht werden kann, daß je die Einer oder Zweier der ersten, zweiten oder dritten Zwölferreihe ihre Eintheilung zu bezeugen, aufgerufen werden können. Dann kann der Lehrer einer jeden der achtzehn Reihen ihre Zahl zutheilen und prüfen, ob die einzelnen Paare ihre Ordnung kennen, oder es können auch die sechs Paare einer jeden der drei Zwölferreihen besonders abgetheilt werden, so daß gleichzählige Paare in denselben entstehen, wodurch noch mehr Mannigfaltigkeit in diese Uebungen des Bezeugens der Eintheilung in verschiedene Gliederungen möglich werden. Wir überlassen dem Lehrer nach Gutdünken diese Vorbereitungen der Ordnung, welche von Zeit zu Zeit vorgenommen werden können, mehr oder weniger durchzubilden und wollen nun zu folgenden Ordnungsübungen weiterschreiten. Der Lehrer befiehlt: Acht! Rechts! — Um! und sobald die eine Reihe in Flanke steht, wird geboten: Acht! Die Zweier reihen sich links in Stirn den Einern an! — Marsch!. Diese Uebung kann der Lehrer auch so vorbereiten, daß er mit der ersten Zweierreihe die Uebung beginnt und so alle Paare nacheinander sich anreihen läßt. Die Schüler lernen diese Uebung schnell und es kann der Lehrer im Wechsel wieder gebieten: Die Zweier reihen sich wieder hinter den Einern in Flanke! — Marsch!, worauf ebenso das Anreihen der Zweier in Stirn rechts von den Einern und auf dieses wiederum das Anreihen hinter denselben in Flanke geübt werden kann. Dann wird der einen in Flanke gestellten Reihe geboten: Acht! Taktgehen im ge-

wöhnlichen Umzug und wenn sich die Reihe fortbewegt: Acht! Die Zweier links anreihen! — Marsch!. Das „Marsch!" wird beim Niederstellen eines rechten Beines zum Schritt gerufen, so daß die Zweier, wo möglich mit einem Schritte links, schräg vorwärts links in Stirnlinie mit den Einern kommen und nun alle Paare hintereinander ziehen. Nach einiger Zeit wird dann wieder geboten: Acht! die Zweier in Flanke anreihen! — Marsch!, wobei das „Marsch!" beim Niederstellen eines linken Beines zum Schritt gerufen wird, daß die Schüler mit einem Schritte rechts, schräg rückwärts rechts in die Flanklinie mit den Einern einbiegen können. Sind nun alle einzelnen Reihen von Paaren der Zahl nach bestimmt, oder auch nur je die sechs Reihen der drei Zwölferreihen, so kann im ersten Falle etwa geboten werden: Acht! Die Zweier der dritten, neunten, zwölften Reihe von Paaren links anreihen! — Marsch! und dann: Alle übrigen Zweier thun das Gleiche! — Marsch! und ferner: Alle Zweier der ungeraden achtzehn Paare reihen sich in Flanke! — Marsch! und endlich: Ebenso alle Zweier der geraden Paare! — Marsch!. Sind je die sechs Paare der drei Zwölferreihen der Zahl nach abgetheilt, so kann etwa geboten werden: Acht! Die Zweier der ersten Reihe links anreihen! — Marsch! und hierauf: ebenso die Zweier der dritten Reihe! — Marsch! und zuletzt: ebenso die Zweier der zweiten Reihe! — Marsch!, oder es wird, wenn die Anreihung der Paare in Flanke von einer der drei Zwölferreihen nach der andern wieder hergestellt ist, geboten: Acht! Die Zweier aller ersten Paare links anreihen! — Marsch! und dann etwa: ebenso die Zweier aller zweiten, dritten, vierten, fünften und sechsten Paare! — Marsch!, worauf ebenso die Wiederanreihung in Flanke geboten werden kann. Wie bei all den genannten Uebungsfällen die Zweier stets links anreihten, so kann in gleicher Weise auch das rechts Anreihen geordnet werden, wobei der Befehl Marsch! beim Anreihen in Stirn stets bei dem Niederstellen eines linken Schrittes gegeben wird, beim

Anreihen in Flanke hingegen je bei dem Niederstellen eines rechten Beines.

Wie bisher die Zweier das Anreihen in Stirn und Flanke auszuführen hatten, während die Einer in unverrückter Ordnung bleiben, so kann nun auch, sobald die eine Reihe Aller wieder in Flanke aufgestellt ist, geboten werden: Acht! die Einer reihen sich links von den Zweiern in Stirn! — Marsch!, worauf alle Einer mit einem Schritte rechts, schräg rückwärts rechts an die linke Seite der in ihrer Stellung verbleibenden Zweier treten und alle Paare hintereinander in Stirn stehen. Dann wird auch geboten: Die Einer reihen sich vor den Zweiern in Flanke! — Marsch!, wobei dieselben mit einem Schritte links, schräg vorwärts links in die Flanklinie der Zweier zurückkehren. Die Uebung kann wie die voraus beschriebene auch während des Taktgehens an Ort und von Ort in der Gangrichtung vorwärts in all den Arten der Darstellung, wie jene vorgenommen und geboten werden, nur muß hierbei der Lehrer seine Befehle so ordnen, daß der jeweilige Thatbefehl Marsch! mit Rücksicht auf die bestimmte Ausführung der geordneten Schritte gegeben wird. Wenn die Stellungsveränderungen der gereihten Paare im Reihenkörper sowohl von den Zweiern als auch von den Einern geübt sind, so können die Befehle zu denselben im Wechsel bald den Einern und bald den Zweiern gegeben werden.

Wir überlassen nun dem Lehrer mit dem Reihenkörper, der aus einer Reihe von achtzehn Paaren, welche in Stirn oder Flanke gereiht werden können, oder dem noch zusammengesetzteren Körper, welcher aus drei Reihenkörpern von je sechs solcher Paare gegliedert ist, verschiedene andere Ordnungsübungen, wie z. B. das Vorziehen, das Gegenziehen und Umziehen zu machen und schreiten zu folgender Uebung weiter fort.

Die eine in Stirn geordnete Reihe Aller wird aufgestellt und der Lehrer theilt dieselbe in zwölf Reihen von je Vie-

ren, indem er vom rechten Flügel beginnend, durch Abzählen je den Ersten, Zweiten, Dritten und Vierten einer jeden Reihe bestimmt und hierauf wieder einer jeden der zwölf Viererreihen ihrer Zahl der Einreihung zutheilt. Dann wird der einen Reihe Aller Rechts um! geboten und wenn die Aufstellung in Flanke geordnet ist, das Taktgehen an Ort vor sich geht, wird angekündet, es sollen die Einzelnen der ersten Viererreihe sich im Taktgehen links von dem Ersten derselben in Stirn anreihen, so daß mit vier Schritten die ganze Reihe in Stirn geordnet an Ort geht, worauf dann eine jede folgende der zwölf Reihen auf den Befehl Marsch! die gleiche Uebung auszuführen habe. Auf den Befehl: Erste Reihe! Links anreihen! — Marsch!, wobei das „Marsch“ bei einem Niederstellen des rechten Beines erfolgt, die links aus der Flanklinie Ausbiegenden in die Stirnlinie des Ersten, welcher unverrückt an Ort geht, vorschreiten, kann im Anfang der Lehrer die an vier Schrittzeiten gebundene Ausführung durch Zählen Eins, Zwei, Drei, Vier regeln. Während nun die erste in Stirn geordnete Reihe an Ort taktgeht, folgen nacheinander die Befehle: Zweite, dritte und so fort bis zur zwölften Reihe! — Marsch!, wobei der Lehrer die besondern nähern Bestimmungen des Befehles nicht mehr zu wiederholen braucht. Wenn nun alle Reihen in Stirn hintereinander gestellt sind, die Ersten aller Reihen ihren Stellungsort in der Linie fest eingehalten haben, wird verkündet, daß nun die Einzelnen der Viererreihen im Taktgehen schräg rückwärts rechts sich wieder in Flanke hinter den Ersten reihen sollen. Auf den Befehl: Reiht euch in Flanke! — Marsch!, wobei rechts angetreten wird, beginnt wieder die erste Viererreihe die Uebung und je nach dem besondern Aufruf die übrigen Reihen in aufeinanderfolgenden Zeitabschnitten. Bei dieser Uebung sollen die Rückveränderungen aus der Stirnstellung in die Flankstellung auch in vier Schrittzeiten ausgeführt werden, was auch bei guter Leitung und einiger Uebung keine Schwierigkeit hat. Wie nun die

Reihen in zwölf aufeinanderfolgenden Zeiten eine jede der beiden Stellungsveränderungen, welche selber wieder in gemessenen Schrittzeiten erfolgen, darstellen gelernt, so kann der Lehrer die Ordnungsveränderung des ganzen Körpers zugleich von allen Gliedern auf den Befehl: Acht! Reiht Euch links in Stirn! — Marsch! ausführen lassen und ebenso auch den Befehl nachfolgen lassen: Acht! Reiht Euch in Flanke! — Marsch!. Bei einiger Ordnungsfertigkeit in dem so eben beschriebenen Umsetzen der Reihen in Stirn und Flanke während des Taktgehens an Ort, wird die gleiche Uebung auch vorgenommen während des Taktgehens Aller in der gewöhnlichen Umzugslinie. Haben die Schüler auch hierbei die Mahnung begriffen, daß namentlich je die Ersten und Führer der zwölf Reihen, bei der Anreihung in Stirn ihre Schritte verkürzen müssen, bis die Anreihung hergestellt ist und den Grund dieser Ordnung an den Wirkungen und Verstößen gegen die Ordnung, welche beim Uebersehen dieser Regel entstehen, erfahren, so wird auch das Anreihen rechts von dem Ersten zur Stirnstellung und nach diesem wiederum die Rückveränderung in Flanke hinter demselben geordnet und geübt.

Noch mehr Mannigfaltigkeit gewinnen diese Ordnungsübungen, wenn neben der Eintheilung der zwölf Viererreihen auch noch die Eintheilung der drei Zwölferreihen fortbesteht und ferner die zwölf Viererreihen in Beziehung auf die drei Zwölferreihen wiederum in drei erste, drei zweite und drei dritte Viererreihen getheilt sind, der Wechsel der Uebungen eine bunte Ordnung verschiedener Gliederungen zuläßt, so daß die Anreihungsübung der Viererreihen in Stirn und Flanke, bald von allen Reihen, bald von den drei Reihen einer Zwölferreihe, bald von den gleichzähligen Viererreihen der drei Zwölferreihen geordnet und dargestellt werden kann.

Es findet nun keine Schwierigkeit mehr auch folgende Eintheilung der Reihe Aller, wobei sowohl die Zweierreihen der Paare, als auch die Viererreihen zugleich geordnet sind,

zu treffen und dann der in Flanke gestellten einen Reihe Aller zu gebieten: Acht! Gewöhnlicher Umzug und Taktgehen! — Marsch! und hierauf während der Fortbewegung etwa folgende Befehle zu geben: Acht! Links anreihen zu Zweien in Stirn! — Marsch!, und dann, wenn Paare gebildet sind in Stirn, wieder zu gebieten: Acht! Links anreihen der Paare zu Vieren in Stirn! — Marsch! und sobald dann die Viererreihen in Stirn gehen: Acht! die Zweierreihen reihen sich wieder als Paare in Stirn hintereinander! — Marsch! und ferner: Alle Einzelnen reihen sich wieder in Flanke! — Marsch! und nach dieser Ordnungsveränderung: Acht! Zu Vieren links angereiht in Stirn! — Marsch! und endlich: Die Einzelnen reihen sich in Flanke! — Marsch!. Ebenso kann dann auch die Anreihung rechts geordnet und dann in Wechsel mit der Anreihung links gebracht werden, womit eine große Menge möglicher Abwechselungen in diesen Uebungen der Anreihung gegeben ist, welche der Lehrer bei öfterer Wiederholung dieser Ordnungsübungen in Anwendung bringen kann.

Eine Ordnungsübung, welche unsere Schüler jetzt mit Leichtigkeit erlernen, ist das Bilden offener Reihen, sogenannt von den Lücken, welche durch die geordneten Abstände der Einzelnen von den Einzelnen entstehen, was hierbei beabsichtigte Ordnungsübung ausmacht. Der Lehrer hat schon häufigen Anlaß gefunden, bei der Aufstellung und Fortbewegung der Reihe die Schüler auf die Ordnungswidrigkeit der bald zu gedrängten, bald zu offenen Anreihung aufmerksam zu machen, nun hebt er diese beiden Verhältnisse unterrichtend hervor und verkündet, es sollen jetzt offene Reihen gebildet werden, wobei die Abstände der Einzelnen nach einem bestimmten Maße geordnet, Forderung der Uebung sind.

Die drei Reihen werden der Tiefe nach in dem gewöhnlichen Schlußstand in Stirn gestellt. Nun gebietet der Lehrer Händefassen der Nebenleute und fordert, sobald dieses geschehen, beide Flügelmänner der dritten Reihe auf, seit-

wärts, nach entgegengesetzten Richtungen so lange fortzugehen, bis Aller Einzelnen durch Händefassen verbundene Arme ihre größte Streckung erreicht haben. Sobald dieß nun geschehen, wird geboten: Lös't die Arme! und die Reihe ist eine offene, wobei die Abstände zwischen je den Einzelnen ungefähr das Maß von zwei Schritten betragen, die Ausdehnung der offenen dritten Reihe in der Stellungslinie mit ihren beiden Flügeln begränzt, merklich die Ausdehnung der im Schlußstand aufgestellten beiden andern Reihen überragt. Hierauf werden die Gleichzähligen der zweiten Reihe aufgefordert, eine offene Reihe von gleichen Abständen, wie sie die dritte Reihe darbietet, zu bilden, indem sie sich in Flanke mit ihren Gerotteten der dritten Reihe, oder mit den Vorderleuten richten. Sobald die zweite Reihe in ihren Abständen nach der dritten Reihe geordnet steht, wird auch die erste Reihe aufgefordert, sich in gleichen Abständen wie die vordern Reihen zu ordnen, so daß auch hier die Einzelnen Gereihten sich nach den vorn Gerotteten richten, der ganze Reihenkörper aus offenen Reihen, welche in Tiefe stehen, zusammengesetzt ist. Nun wird geboten: Acht! Rechts um, und Taktgehen an Ort! — Marsch!. Nachdem nun verkündet worden, daß nun der Reihenkörper bei offener Reihung der Rotten von Rotten und der Einzelnen der Reihen, mit unverrücktem Einhalten des Abstandes von zwei Schritten, in fester Ordnung sich fortbewegen solle, wird geboten: Acht! Gewöhnlicher Umzug, Vorwärts! — Marsch!, worauf die drei tiefgestellten offenen Reihen im Flankenmarsch weiterziehen. Findet der Lehrer, daß die bezeichneten Abstände der Einzelnen jeder Reihe und damit zugleich auch die Abstände der in Stirn ziehenden Rotten von Rotten gewahrt werden, so wird geboten: Acht! An Ort gehen! — Marsch! und alsbald verkündet, es sollen jetzt die drei Reihen aufeinanderfolgend in einer offenen Reihe abziehen zum gewöhnlichen Umzug. Hierauf folgt der Befehl: Acht! Erste Reihe vorwärts! — Marsch! und nach deren Abzug: Zweite Reihe! — Marsch! und zu-

letzt nach deren Abzug: Dritte Reihe! — Marsch!. Der Lehrer wird häufig die Abstände, welche wider die Anordnung verrückt werden, herstellen müssen und kann dann zur Uebung des Augenmaßes in Bildung offener Reihen öfter die geschlossene Reihe gebieten, damit für die einzelnen Gereihten die Erneuerung des Abstandes von zwei Schritten in wiederholte Uebung gebracht werde. Auf den Befehl: Acht! Schließt die Reihe nach vorn! — Marsch! verkürzt der Führer seine Schritte und alle Gereihten schließen zu der geschlossenen Ordnung in Flanke, welche bei gewöhnlichem Schlußstand der Reihe in Stirn und Veränderung in Flanke gilt und bereits den Schülern bekannt ist, während des Gehens an. Wir meinen die Flankstellung, welche bei ihrer Veränderung in Stirn den Schlußstand der Gereihten frei und ungehindert bewerkstelligen läßt. Hat sich nun die Reihe während ihrer Fortbewegung in Flanke aus einer offenen Reihe wieder in eine geschlossene Reihe umgestaltet, so wird wieder geboten: Acht! Oeffnet die Reihe mit Abstand der Einzelnen von zwei Schritten, von der Mitte aus! — Marsch!, worauf vorn die Gereihten ihre Schritte verlängern und die Hinteren der Reihe rückwärts gehen, bis nach und nach die beabsichtigte offene Reihe zu Stande gekommen ist. Nun können die zweite und dritte Reihe wieder aufgefordert werden, sich links von der ersten Reihe anzureihen, bei fester Ordnung der einzelnen offenen Reihen, worauf die Rotten bald aufgefordert werden, zum Schließen der nachziehenden Rotten an die erste Rotte, bald der Befehl folgt, daß eine jede Rotte mit Einhalten der bezeichneten Abstände, der ersten Rotte nachziehe, in offener Reihung der Rotten von Rotten. Der Lehrer begnügt sich, wenn die Schüler nur einigermaßen das Bilden von offenen Reihen darstellen lernen und braucht darum nicht kleinlich auf Einhalten des bestimmten Maßes der jeweilig geordneten Abstände zu sehen, wenn auch die Schüler selbst diese Uebungen, bei welchen jetzt auf bereits verschiedenen Vorstellungen und Begriffe von bestimmten

Schrittmaßen gerechnet wird, verhältnißmäßig zu ihrer ganzen Entwickelungsstufe, mit Erfolg und in kurzer Zeit erlernen. Eine Uebungsweise im Bilden offener Reihen von größeren Maßen des Abstandes, welche mehr Bestimmtheit als die bisherige erfordert, ist folgende. Der Lehrer ordnet die eine Reihe in Flanke, und nachdem er dieselbe in achtzehn Reihen von Zweien eingetheilt hat, die Zweier sich links den Einern in Stirn angereiht haben, wird allen Reihen der Schlußstand mit Reihen geboten, wobei alle hinteren Reihen sich der ersten Reihe anschließen, der Abstand der Reihen von Reihen nicht mehr als eine Leibestiefe beträgt. Dann verkündet der Lehrer, es solle jetzt eine offene Reihe der Paare gebildet werden, wobei der Abstand der Paare von einander vier Schritte beträgt. Alle je zu einem Paare Gereihten, werden hierauf aufgefordert, Arm in Arm sich zu fassen und nun gebietet der Lehrer: Acht! Taktgehen an Ort! — Marsch!. Während nun die Bewegung erfolgt, verkündet wiederum der Lehrer, eine Reihe nach der andern solle, so oft er vier Schrittzeiten abgezählt und das „Marsch!" befiehlt, in der Richtung vorwärts durch die gewöhnliche Umzugslinie abziehen. Der Lehrer gebietet dann: Acht! Erstes Paar, mit links antreten! — Marsch! Zwei, Drei, Vier; Marsch! Zwei, Drei, Vier und so fort achtzehn Mal, bis alle Paare, je nach vier Schrittzeiten sich aus dem Gehen an Ort in Fortbewegung angereiht haben, die offene Reihe der Paare, der gesetzte Abstand der Reihen von Reihen gebildet ist. Der Lehrer muß je das „Marsch!", welches hierbei mit einem linken Tritte zusammenfällt und die erste von vier Schrittzeiten, in welcher stets das Fortschreiten eines Paares beginnt, rhythmisch hervorheben und lauter betonen als die Zahlen der drei folgenden Taktschritte. Diese Uebung macht zugleich den Schülern anschaulich, wie sehr das Einhalten der räumlichen Verhältnisse des Abstandes bei Gehenden abhängig wird von ihrer an Zeit gebundenen Bewegung und es kann der Lehrer, bei wiederholter Uebung die Schü-

ler auffordern, daß je die abziehenden Paare selber die vier Schrittzeiten laut zählen und dann während der ganzen Fortbewegung fortfahren sollen, je die vier aufeinanderfolgenden Schritte zu zählen, so daß nach und nach, zugleich mit dem leitenden und Maß gebenden Lehrer die ganze Reihe der Reihen rhythmisch und im Takte zählt und als offene Reihe von Paaren taktgeht. Man kann sich bald überzeugen, wie diese Uebungen des Gehens in gemessenen Abständen den Schülern leichter fallen, wenn, wie wir es hier absichtlich geordnet haben, kleinere geschlossene Reihen von Zweien, Dreien oder Vieren im Abstand der Reihen von Reihen offen gereiht werden, als wenn nur Einzelne in offener Reihe die Abstände bilden und bewahren während der Fortbewegung. Es erklärt sich dieß sowohl aus der wachsenden Ordnungskraft, welche die Gemeinschaft den Einzelnen in der Reihe gibt, als auch aus den, bei größern Körpern von Reihen, gegebenen augenfälligeren Anhaltspunkten für die räumlichen Messungen. Diese Wahrnehmung ist für den Lehrer sehr beachtungswerth und räth bei vielen Uebungen der Ordnung oft dazu, von ganzen Reihen eine Ausführung eher darstellen zu lassen, als von Einzelnen, ein Verfahren, welches mit dem ganzen Wesen der Gemeinübung und ihrem Verhältnisse zur Einzelübung gegeben ist und dem Lehrer, der es mit Einsicht und Gewandtheit zu gebrauchen versteht, das Unterrichten leichter macht.

Ebenso kann nun auch der Lehrer die eine Reihe in zwölf Reihen von Vieren, welche der Tiefe nach im Schlußstand der Reihen von Reihen gestellt sind, zu einem Reihenkörper ordnen und größere Abstände der Reihen von Reihen in dem Maße von acht Schritten während des Taktgehens bilden lassen. Auch hierbei zählt der Lehrer je die acht Schrittzeiten, indem er je den ersten Schritt links mit „Marsch!“ betont und die Schüler lernen zugleich mit dem Bilden offener und räumlich gemessener Abstände ihre Fortbewegung im Gehen an bestimmteres Maß der einzelnen Schrittlänge zu

binden, den Gang selber an verschiedene Rhythmen in der Zahl, der je zu einem Schreiten verbundenen Schritte knüpfen.

Nach diesen Uebungen stelle der Lehrer wieder die drei Zwölferreihen der Tiefe nach auf und lasse eine Reihe nach der andern, während des Umzugs in der gewöhnlichen Ganglinie, eine jede für sich, die Uebungen des Bildens offener und geschlossener Ordnung der Einzelnen in der Reihe darstellen, wobei bald Abstände von zwei Schritten, bald größere Abstände von vier und acht Schritten geboten werden, im Wechsel der verschiedenen Maße des Abstandes unter einander und mit dem Schlußstand der in Reihe Ziehenden. Es kommt jetzt darauf an, daß die Schüler gewöhnt werden, in schneller Aufeinanderfolge diese verschiedenen Ordnungsverhältnisse mit freiem Messen von Auge darstellen lernen und zwar so, daß je beim Oeffnen der Glieder von der Mitte aus die Bewegung nach vorn und hinten sich fortpflanzt, beim Schließen derselben hingegen der Führer die Schritte verkürze; die Hinterleute mit verlängerten Schritten nach vorn nachziehen. Haben die einzelnen kleineren Reihen Fertigkeit in diesen Uebungen, so werden die drei Reihen wieder zu einer Reihe zusammengesetzt und die große Reihe übt das Gleiche.

Nachdem nun etwa in beschriebener Weise mannigfaltige Uebungen in Bildung offener Reihen von Einzelnen, Reihen und Rotten bei verschiedenen Maßen des Abstandes der Stehenden oder Gehenden vorgenommen worden, kann jetzt der Lehrer folgende weitere Entwickelungen dieser Ordnungsübungen anordnen. Die ungetheilte Reihe wird in Flanke aufgestellt und alsbald wieder in die drei Zwölferreihen getheilt. Dann wird verkündet, die erste Reihe solle weiter ziehen, worauf dann die zweite und zuletzt die dritte Reihe derselben in gleicher Linie nachziehen sollen, bei einem Abstande der Reihen von Reihen, welcher eine Reihenlänge beträgt. Die Länge einer im Schlußstand in Stirn oder Flanke gestellten Reihe wird stets der Schrittzahl gleich gesetzt, welche

der Zahl der einzelnen Gereihten entspricht und so kann nun der Lehrer gebieten: Acht! Erste Reihe im Taktgang vorwärts! — Marsch!, worauf der Lehrer die zwölf Schritte des beginnenden Taktganges der abziehenden ersten Reihe selber laut zählt, oder von den Abziehenden selber zählen läßt. Zugleich mit dem zwölften Schritte folgt nun für die zweite Reihe der Befehl zum Abzug mit: — Marsch! und von neuem zählen der Lehrer oder der Schüler der zweiten Reihe die zwölf ersten Schritte der im Abstande von zwölf Schritten der ersten Reihe nachziehenden zweiten Reihe, worauf dann bei dem zwölften Schritte auch der dritten Reihe der Befehl: — Marsch! zum Nachzuge gegeben wird, die drei Reihen in den gesetzten Abständen durch die Umzugslinie ziehen.

In ähnlicher Weise, wie hier die drei Reihen im Flankenmarsch den Abstand der Reihen von Reihen zu dem Maße einer Reihenlänge offen hielten, können nun auch die neun Viererreihen, die achtzehn Zweierreihen, welche bereits in Stirn geordnet, Abstände im Gehen einzuhalten, geübt worden, während des Gehens in Flanke das Bilden und Bewahren von Abständen der Reihen von Reihen erlernen, indem auch hierbei die jeweilige nach Schritten zu bestimmende Reihenlänge, als Maß für die Abstände gesetzt werden können. Wenn auch anfangs zu Anschauung der verschiedenen Abstandsmaße, für welche an den verschiedenen Reihen selber ein sichtbarer Anhalt und Maßstab für die vorkommenden Abstände und räumlichen Ausdehnungen gefunden wird, die oben beschriebene Vorbereitung im Zählen der Schritte getroffen werden muß, so gewöhnen sich doch die Schüler leicht, die geforderten Maße des Abstandes frei von Auge zu finden und es wird sich der Lehrer auch mit Leistungen befriedigen lassen, die gerade nicht allzu sehr abweichen von der geforderten Uebung. Wenn das Augenmaß der Schüler in diesen Abstandsübungen der Reihen von Reihen, der Rotten von Rotten, der Einzelnen von Einzelnen in den Reihen an

den beschriebenen Uebungsfällen in räumlicher Meßkunst entwickelt worden, kann noch folgende Uebung betrieben werden. Die drei Reihen werden der Tiefe nach geschlossen in Stirn gestellt und der Lehrer verkündet, die Aufstellung solle jetzt so geordnet werden, daß Reihe von Reihe einen Abstand von vier Schritten habe, die Glieder des Reihenkörpers eine offene Ordnung bilden. Nun kann etwa geboten werden: Acht! Dritte Reihe im Stirnmarsch mit acht Schritten, links antreten, vorwärts! — Marsch! und dann (mit dem siebenten Schritte) — Halt!, worauf der Befehl folgt: Acht! Zweite Reihe mit vier Schritten, links antreten, vorwärts! — Marsch! und dann (mit dem dritten Schritte) — Halt! und die beabsichtigte Uebung beendigt ist. Das Oeffnen der Glieder zu bestimmt gemessenen Abständen kann dann auch so geordnet werden, daß die erste und zweite Reihe mit bestimmter Zahl der Schritte rückwärts geht, während die dritte Reihe stehen bleibt und endlich auch so, daß die im Schlußstand geordneten drei Reihen, welche in Flanke gestellt sind, mit Seitwärtsgehen die offene Stellung der Reihen von Reihen bilden. Es wird etwa geordnet: Acht! Erste Reihe mit acht Schritten seitwärts rechts, rechts antreten! — Marsch!, worauf die Reihe mit dem achten Schritt steht und in acht Schrittzeiten nur einen Abstandsraum von vier Schrittlängen zurückgelegt hat, weil beim Nachstellgang nur das weiterschreitende Bein Raum gewinnt. Dann wird geboten: Acht! Dritte Reihe mit acht Schritten seitwärts links, links antreten! — Marsch!, worauf auch diese Reihe von der stehenden zweiten Reihe sich in acht Schrittzeiten mit Nachstellgang, vier Schritte weit entfernt und aufstellt und die offene Stellung der in Flanke gestellten Reihen, im Reihenabstand von vier Schritten hergestellt ist. Wie hierbei das Oeffnen geordnet worden, so kann auch in ähnlicher Weise das Schließen der Reihen an Reihen in gemessener Weise geboten werden. Geübte Schüler können nun auch aufgefordert werden, während der Fortbewegung in der gewöhn-

lichen Umzugslinie, die offene Gliederung des Reihenkörpers zu wahren, während des Taktgehens die Glieder zu schließen und wieder zu öffnen, wobei nur die Abstände frei von Auge genommen werden. Wir haben bei diesen Uebungen in der Ordnung des dreigliedrigen Reihenkörpers, der bei seiner Reihung von Reihen und Rotten auch als Rottenkörper angesehen werden kann, ganz von dem Verhältnisse der Rotten abgesehen, weil wir hier auf die besondere Uebung des Oeffneys der Reihen von Reihen und des Wiederschließens der Reihen an Reihen allein Rücksicht nehmen wollten und bemerken nur für den Lehrer, daß wenn man dagegen die Rotten des Gemeinkörpers ins Auge fassen will, unsere oben beschriebenen Uebungen auch so angesehen werden können, als hätte dabei die Absicht zu Grunde gelegen, offene Rotten zu bilden und geschlossene Rotten, wobei je die Einzelnen aller Rotten zu offener oder geschlossener Stellung geordnet werden, Uebungen, welche, wenn auch nur der Absicht nach von den unsrigen oben beschriebenen, verschieden sind und einer späteren Betrachtung vorbehalten bleiben sollen.

Im Anschluß an die gegebenen Beispiele von Uebungen, bei welchen wir bald die ungetheilte eine Reihe, bald die Theilung der einen Reihe in drei Reihen, in achtzehn und in neun Reihen geordnet, wollen wir nur bemerken, daß zur Durchbildung des Gemeinkörpers in verschiedenartiger Gliederung und deren Umgestaltungen der Lehrer nun auch die Theilung in vier Neunerreihen, in sechs Sechserreihen, in zwei Reihen von Achtzehn Gereihten und in zwölf Reihen von Dreien ordnen kann; damit werden die Schüler im Wechsel der verschiedenen Theilungsfälle reicher an Ordnungsbegriffen und gewinnen zugleich mit der Ordnungsfertigkeit des Gemeinkörpers auch die Freude, freie Glieder desselben zu sein, welche die Turnfertigkeit dieses großen Turnkörpers bewerkstelligen helfen. Wenn auch der Lehrer bei den Theilungen der Reihe Aller die jeweilig wiederkehrenden Rottenverhältnisse hervorheben wird, so gilt doch bei den Ordnungs-

übungen dieser Altersstufe, daß vorwaltend die Reihen ins Auge gefaßt werden. Man gibt wohl das zusammengesetzte, das ganze Verhältniß der Ordnung, aber es ist gerathener, beim Unterrichte eine Durchbildung nach der andern vorzunehmen und es darauf ankommen zu lassen, ob die Schüler in ihrem Begreifen der Sache dem Lehrer vorgreifen. Denn auch hier muß man Vor- und Nachzügler gelten lassen, die Einen müssen in Schranken gehalten, die Andern getrieben werden.

Bevor wir die eigenthümlichen Ordnungsübungen der offenen Gliederungen in ihrer Fortentwickelung aufführen, wollen wir noch die Beschreibung einer Armthätigkeit der in Stirn Gereihten geben, durch welche die feste Ordnung derselben gesichert, das Verbundensein der Glieder der Reihe auch durch ein äußerliches Band mehr Festigkeit bekömmt. Der Lehrer stellt die eine Reihe Aller in Stirn auf, ruft etwa den Ersten und Zweiten der Reihe vor die Stirn Aller, und stellt diese beiden der Reihe gegenüber in geschlossener Stirnstellung auf, damit Alle die Uebung sehen können, welche geordnet wird. Die beiden Schüler werden nun aufgefordert, ihre Arme in der Weise zu verschränken und durch Händefassen zu binden, daß ein jeder Einzelne zuerst seine beiden gestreckten Arme nach den Seiten ausbreitet, so daß dieselben vorlings vor dem Leibe je des Nebenmannes und nach den Flügeln hin überragen. Dann ordnet der Lehrer die Verschränkung selber, indem er beider linke Hände und ebenso die rechten Hände beider zum Fassen in einander legt. Auf den Befehl: Löst die Arme! und den zweiten Befehl: Verschränkt die Arme! wird dann die Armverschränkung aufgegeben und wieder hergestellt. Sobald die Uebung durch diese Anschauung vorbereitet worden, ordnet der Lehrer die Schüler zu einer Reihe von Paaren und fordert alle Paare auf, die Arme in gleicher Weise, wie gezeigt worden, zu verschränken, wobei er, da wo es nöthig ist, Nachhülfe gibt. Lösen und Wiederherstellen der Armverschränkung werden in

Aufeinanderfolge dargestellt, bis die Schüler in schneller Ausführung beider Verhältnisse Gewandtheit zeigen. Die Stirnordnung Aller wird nun wieder geboten und die drei Ersten der Reihe treten vor in Stirn, der Reihe zugekehrt. Wiederum sollen die drei Gereihten ihre gestreckten Arme ausbreiten vor dem Leibe der Nebenleute und nach den Flügeln der Reihe hin. Der Lehrer legt nun die vor dem Leibe des Mittelmannes sich begegnenden Hände der Flügelmänner zum Fassen ineinander, während die ausgebreiteten Arme des Mittelmannes an den Händen durch die flügelwärts gestreckten Arme der Flügelmänner, welche sich zu diesem Fassen wieder vor ihren Leib senken, gefaßt werden, womit die Armverschränkung der in gerader Linie aufgestellten Stirnreihe von Dreien hergestellt ist. Nach wiederholt gebotener Lösung und Verschränkung und gegebener Anschauung, ordnet der Lehrer die Schüler zu einer Reihe von Dreierreihen, welche der Tiefe nach in Stirn gestellt sind und fordert nun alle Reihen auf, die Arme zu verschränken, wobei er viel und oft Nachhülfe geben muß und Uebungen in Lösung und Herstellung der Armverschränkung vornehmen wird. Nun kann in gleicher Anordnung auch die Armverschränkung bei vier in gerader Stirn Gereihten vorgenommen werden und endlich auch bei Reihen von größerer Zahl der Gereihten, selber von der ungetheilten einen in Stirn gestellten Reihe Aller. Dabei wird, wenn die Verschränkung selber geübt wird, diese stets so vorbereitet, daß vor Allem das Ausbreiten der gestreckten Arme geboten und erst, wenn dieses erfolgt ist, das Händefassen angeordnet wird, wobei stets die Regel gilt, daß alle Mittelleute der Reihe mit den ausgebreiteten Armen vor dem Leibe ihrer Nebenleute die entgegengestreckten Hände der diesen Nebenleuten links und rechts Angereihten erfassen. Nur die Nebenleute der Flügelmänner und diese selber sind nicht an diese Regel gebunden, indem die Arme und Hände der Flügelmänner, welche die Seite des Flügels begränzen, die flügelwärts gestreckten Hände ihrer

Nebenleute erfassen. Zur gleichmäßigen Darstellung der Armverschränkung der Gereihten muß von Seite des Lehrers auch noch die Anordnung aufrecht gehalten werden, daß die Ueberkreuzung der Arme aller Nebenleute so ausgeführt wird, daß ein jeder Gereihter entweder seinen rechten, oder seinen linken Arm vor dem Arme des Nebenmannes zur Rechten, oder Linken kreuzt, während dann ein Jeder den Arm der entgegengesetzten Seite hinter dem Arme des Nebenmannes zur Rechten, oder Linken kreuzt, somit den einen Arm freier bewegen kann, als den andern, welcher durch die Ueberkreuzung verdeckt wird und in seinen Bewegungen gehemmter ist.

Wenn einmal kleinere und größere gerade Stirnreihen die Armverschränkung darstellen können, so kann der Lehrer die Reihen auch in Kreislinien im Ring aufstellen, Stirn nach der Mitte, und hierauf die Armverschränkung gebieten, welche, bei dem Umstande, daß sich bei der Aufstellung im Ring beide Flügelmänner geschlossen anreihen, eine gleichmäßige Verschränkung der Arme dieser, wie bei allen Nebenleuten herbeiführt. Die Ordnung im Ring kann der Lehrer auch so vorbereiten, daß die bereits mit Armverschränkung aufgestellte gerade Reihe aufgefordert wird, sich zum Ringe zu biegen, indem beide Flügel sich einander nähern, worauf dann, sobald die Flügelmänner sich gereiht haben, diese mit ihren Nebenmännern ihre, bei gerader Reihe geordnete Armverschränkung in die allgemeine aller Nebenleute umändern.

Die hier beschriebene Armverschränkung, welche neben ihrer Bedeutung als selbstständige Uebung, ein sicheres Hülfsmittel zum Binden der festen Ordnung der in Stirn Gereihten ausmacht, wird dann auch im Wechsel mit dem bloßen Hand-in-Hand-fassen der ab- oder aufgestreckten, tief- oder hochgreifenden Hände der Nebeneinandergereihten und mit dem gewöhnlichen Arm-in-Arm-fassen geübt und bei festen Ordnungen verwendet, und trägt dazu bei, der verbundenen Reihe den Ausdruck einer lebendigen leibhaften Einheit zu geben.

Nachdem den Schülern das Vor- oder Nachziehen, der Gegen-

zug und Umzug längs der Reihe bekannte Darstellungen geworden sind, die Einzelnen als solche und als Reihenzugehörige das Gehen in Schlängellinien geübt, und die offenen Gliederstellungen Einzelner in der Reihe, von Reihen im Reihenkörper zu bilden verstehen, kann der Lehrer, den Gegenzug durch Abstände von gereihten Gliedern, wobei die Gegenziehenden sich im Schlängeln durch die Abstände winden, anordnen. Nachdem die Reihe der Paare, bei einem Reihenabstande von vier Schritten aufgestellt ist, die Paare in Stirn hintereinander geordnet sind, die Armverschränkung für alle Paare hergestellt ist, verkündet der Lehrer, der Gegenzug solle nun durch die Reihe im Schlängeln erfolgen und zwar so, daß die zum Gegenzug aufgerufenen einzelnen Paare diesen stets rechts beginnen und beim Einbiegen in die Schlängellinie das erste gestellte Paar rechts, das nachfolgende links, das dritte wieder rechts, das vierte links und so fort im Wechsel rechts und links alle nachfolgenden Paare umziehen. Für die Paare, welche das letzte der Paare umschlängelt haben, wird der Weiterzug in der gewöhnlichen Umzugslinie und ein bestimmter entfernt liegender Aufstellungsort in derselben angeordnet. Nun stellt sich der Lehrer selbst an die Spitze der Paarenreihe, schlängelt im Gegenzug durch die offen gereihten Paare und zieht dann weiter bis zu dem gesetzten Aufstellungsort. Auf diese gegebene Anschauung wird allen Paaren Taktgehen an Ort geboten und dann gerufen: Acht! Erstes Paar Gegenzug rechts zum Schlängeln! — Marsch!, worauf dieses Paar nach dem Beispiele des Lehrers den Durchzug macht, nach demselben weiterzieht und sich auch dem angewiesenen Ort wiederaufstellt. Der Lehrer kann das Gehen in der Schlängellinie so ordnen, daß jeder Bogen, aus welcher die gewundene Schlängellinie zusammengesetzt ist, mit vier Schritten zurückgelegt wird, so daß je bei einem Zählen Eins, Zwei, Drei, Vier ein aufgestelltes Paar im Gegenzug umschritten wird. Sobald das zweite Paar und alle nachfolgenden auf den Ruf des Lehrers den Gegenzug

gemacht haben, wird geordnet, daß alle Paare sich im gesetzten Abstande wieder hinter dem bereits gestellten ersten Paare ordnen und aufs neue stellen. Da mit jedem Gegenzug eines Paares die Reihe der aufgestellten Paare und damit zugleich auch die Zahl der Abstandslücken zwischen den Paaren sich mindert, so haben die nachziehenden Paare stets weniger Windungen in der Schlängellinie zu durchgehen, das letzte der Paare bewegt sich nur im gewöhnlichen Gegenzug und folgt ohne zu schlängeln den vorausgezogenen Paaren. Die Schüler fassen diese Uebung leicht auf und aufs neue kann nun der Gegenzug rechts mit Schlängeln durch die Abstände geboten werden und zwar so, daß je nach laut gezählten acht Schritten ein Paar mit Gegenzug abgeht, mehrere Paare sich zugleich in der Schlängellinie fortbewegen. Wenn der Gegenzug mit Schlängeln rechts geübt worden, so wird die Uebung nun auch links angeordnet, wobei ein jedes Paar den Gegenzug links beginnt.

Der Lehrer ordnet jetzt die Reihe der offen gestellten Paare so, daß das letzte Paar den Gegenzug rechts oder links beginnt, die Reihen in umgekehrter Ordnung, bei absteigender Zahlenfolge derselben die Uebung darstellen, wobei nun die erste der Reihen der Zeitfolge nach zuletzt den Gegenzug beginnt.

Erst wenn in dieser Darstellungsweise das Durchschlängeln im Gegenzug fertig geht, wird auch die Uebung während der Fortbewegung im Taktgehen vorgenommen. Wesentlich ist dabei, daß die Paare in fester Ordnung der offenen Reihenabstände bleiben, was den Schülern bei gespannter Achtsamkeit auch nicht schwer fällt. Wenn auch anfangs der Lehrer je nach acht zurückgelegten Schritten die einzelnen Reihen den Gegenzug beginnen läßt, so kann bei Geübteren der Gegenzug je eines Paares mit der Wiederkehr des ersten von gezählten vier Schritten geordnet werden und zudem noch das fortgesetzte Stampfen des linken Beines zur noch größeren Sicherung des Taktganges geboten werden. Der

Lehrer wird erfahren haben, welches Hülfsmittel rhythmisch geordnete Bewegung für geordnete räumliche Verhältnisse ausmacht. Wenn das Gegenziehen der einzelnen Paare je nach vier Schrittzeiten erfolgt, so behalten die Paare während der ganzen Fortbewegung ihren zuerst geordneten Abstand, die oben aus Ordnungsrücksichten bestimmten acht Schritte können hier darum auf die Hälfte dieser Schrittzahl gesetzt werden, weil alle sich begegnenden Paare in Fortbewegung begriffen sind, die für die Ordnung nöthigen Abstände in halber Zeit, in vier Schrittzeiten von den sich begegnenden Paaren bewerkstelligt werden. Der Lehrer muß, in Berücksichtigung, daß die in gerader Ganglinie sich fortbewegenden Paaren eine kürzere Ganglinie haben, als die Paare, welche die Schlängellinie durchgehen, die Anordnung treffen, daß die in gerader Linie Gehenden ein kleineres Maß der Schrittlänge haben, als die in der Schlängellinie Gehenden, so daß für die Paare, welche je den Gegenzug beginnen, der Wechsel von dem Gehen mit verkürzten Schritten zu dem Gehen mit verlängerten Schritten eintritt. Auch dieser Gegenzug mit Schlängeln während der Fortbewegung aller Paare wird rechts und links und so geübt, daß bald das der Zahl nach erste Paare, bald das der Zahl nach letzte Paar vorn zieht und den Gegenzug beginnt.

In gleicher Weise, wie bisher der Gegenzug mit Durchschlängeln durch die Abstände offen gestellter Paare geübt worden, kann nun auch dieser Gegenzug von Viererreihen, welche bei doppelt so großen Abständen von acht Schritten in Stirn der Tiefe nach offen im Reihenkörper gestellt sind, geübt werden. Auch hierbei wird jeder der Reihen Armverschränkung oder Arm-in-Arm-fassen, geboten, die Schrittzeiten werden in Folge der verdoppelten Zahl der Gereihten, ihrer Zahl nach gleichfalls verdoppelt aus Ordnungsgründen, die der Lehrer den Schülern leicht begreiflich machen kann.

Nun stellt auch der Lehrer die Reihe von Paaren, welche alle in Flanke geordnet stehen, in einem Reihenabstande der

Paare von Paaren von vier oder auch nur von zwei Schritten auf und ordnet nach gegebenen Anleitungen den Gegenzug mit Schlängeln durch die Lücken der abstehenden Paare, bald so, daß nur die in Flankenmarsch gegenziehenden Paare sich fortbewegen, während die andern an Ort taktgehen, bald so, daß alle Paare sich fortbewegen. Ebenso wird dann auch die Reihe der Viererreihen, in einer Linie in Flanke, bei einem Reihenabstande der einzelnen Reihen von acht, vier oder auch nur zwei Schritten aufgestellt und der Gegenzug mit Schlängeln durch die Lücken der abstehenden Reihen wird auf die mannigfaltige Weisen im Flankenmarsch aller Reihen dargestellt, wie dieselben beim Gegenzug mit Schlängeln, im Stirnmarsch der Reihen beschrieben worden.

Wenn nun Reihen von verschiedener Zahl der Gereihten, als Gemeinkörper von verschiedener Gestalt den Gegenzug mit Schlängeln durch die Reihenabstände kennen und zu üben verstehen, findet es wenig Schwierigkeit mehr, auch von Einzelnen den Gegenzug durch die Abstände der Einzelnen in der offenen Reihe ausführen zu lassen. Der Lehrer kann damit beginnen, daß er Zwölferreihen, bei einem Abstande von vier oder nur zwei Schritten, sich offen in Flanke stellen läßt, so daß, wenn erst Reihen von kleinerer Zahl den Gegenzug mit Schlängeln im Taktgehen geübt haben, er größere Reihen ordnet und endlich die eine ungetheilte Reihe Aller den Gegenzug mit Schlängeln ausführen läßt. Eine schöne Zuordnung von Armthätigkeiten bei dieser Uebung ist, wenn geboten wird, daß je die sich begegnenden Einzelnen im Vorüberziehen sich die entgegengestreckten Hände reichen und dieselben wieder lösen. Dabei gilt die Regel, daß beim Vorüberziehen rechts die rechten, beim links Vorüberziehen die linken Hände beider sich Begegnenden, sich fassen. Beim gewöhnlichen Taktgehen erfolgt, wenn die ganze Reihe sich fortbewegt, das jeweilige Gegenziehen der zum Schlängeln Abgehenden stets nach vier oder nach nur zwei Schrittzeiten, vier Schrittzeiten aber müssen dann stets bestimmt werden,

wenn nur die im Gegenzug in der Schlängellinie sich Bewegenden fortgehen, die andern nur an Ort gehen. Eine sehr zu empfehlende Gangart bei den Uebungen des Gegenzugs mit Schlängeln, welche Einzelne durch die Abstände ihrer offenen Reihe darstellen und welche ihrer rhythmischen Bestimmtheit wegen das Ordnunghalten unterstützen hilft, ist der Kibitzgang mit Stampfen je des ersten Trittes eines Kibitzschrittes links und rechts, und es kann der Lehrer beim Ueben des Gegenzugs mit Schlängeln auch hierbei ordnen, daß je nach zurückgelegten vier oder zwei Kibitzschritten ein anderer Einzelner den Gegenzug beginnt.

Wenn der Gegenzug mit Schlängeln keine Schwierigkeit mehr für die Uebenden hat, wird der Umzug mit Schlängeln geordnet und im Wechsel mit dem Gegenzug geübt. Die Schüler, welche schon beim Umzug längs der Reihe erfahren haben, wie derselbe dadurch entsteht, daß die gegenziehenden Reihen oder Einzelnen sich wieder den zuletzt Gestellten oder Nachziehenden anreihen, werden hier, sowohl durch das Beispiel des den Umzug darstellenden Lehrers, als auch durch seine Erläuterungen unterrichtet, daß hierbei die im Gegenzug Schlängelnden sich stets nach Umbiegung der letzten Reihe oder auch nur des letzten Einzelnen, wieder in erneutem Gegenzug anzureihen haben und zwar in den gesetzten Abständen der geraden Reihe, mag dieselbe in Stellung oder Fortbewegung begriffen sein. Der Umzug ist vollendet, sobald die ersten Glieder der Reihe wieder vorn geordnet stehen, oder sich fortbewegen, und die letzten Glieder ihren Stellungsort in der Reihe einnehmen. Der Umzug mit Schlängeln hat mehr Schwierigkeit für das Einhalten der Ordnung, gewährt dabei aber auch eine alle Glieder gleichmäßiger ergreifende Bewegung, als das einfachere Gegenziehen mit Schlängeln und kann zu ein- oder mehrmalig wiederholtem Umzug geboten werden in allen den größern oder kleinern Gliederungen, in welche wir bisher die eine Reihe, bei offener Stellung von

Reihen oder Einzelnen gebracht haben und der Lehrer hat damit eine unerschöpfliche Quelle von Ordnungsübungen.

Eine schöne Ordnungsübung, zu welcher die vorausbeschriebenen Uebungen des Gegenziehens und Umziehens mit Schlängeln durch die offenen Gliederungen von geraden Reihen, die Schüler vorbereitet haben, bildet der Gegenzug rechts oder links zur Kette und die weiter entwickelte Uebung des Umzuges rechts oder links zur Kette. Wir meinen die Fortbewegung durch Gliederabstände von offenen Reihen Einzelner oder gereihter Reihen, wobei alle einzelnen Glieder sich im Begegnen ausweichen und in einer Schlängellinie gehen, welche aus kleinen oder größeren Kreisen zusammengesetzt das Bild einer Kette darstellt, was bei dem hinzukommenden Gegenschlängeln der sich scheinbar in wechselnden Windungen der Fortbewegung verschlingenden Glieder die bildliche Benennung dieser Ordnungsübung erklären mag und noch mehr diese Bezeichnung rechtfertigt, wenn bei dem Gegenschlängeln nur Einzelner diese sich bald die rechten, bald die linken Hände reichen und die Gereihten gleichsam sich verketten. Auch das Gegenziehen und Umziehen zur Kette wird zuerst von einer Reihe von Paaren, welche in Armverschränkung fest verbunden sind, dargestellt. Die Reihe steht in gerader Linie aufgestellt und nachdem der Lehrer die nöthigen Erläuterungen vorausgeschickt, wird befohlen: Gegenzug rechts zur Kette im Taktgang! — Marsch!, worauf das erste Paar im Gegenzug abwechselnd rechts und links in die Schlängellinie einbiegt, die begegnenden Paare gleichfalls in Windungen einer Schlängellinie rechts und links ausweichen und nacheinander alle den Gegenzug, wie das erste Paar rechts beginnen. Es gelten bei der Kette die gleichen Maße für die Abstände und die Zahl der Schritte und Schrittzeiten, in welchen je die einzelnen Glieder den Gegenzug antreten, wie beim Gegenziehen mit Schlängeln. Sobald der Gegenzug zur Kette rechts geübt ist, wird derselbe auch links und dann auch so geübt, daß das letzte Glied den Gegenzug

beginnt, das erste in der Zeitfolge zuletzt in Bewegung kommt. Nach geübtem Gegenzug zur Kette wird auch der Umzug zur Kette rechts und links dargestellt, entweder nur einmal oder in mehrmaliger Erneuerung und fortgesetzter Wiederholung, welches von Seite der Schüler eine ausharrende Achtsamkeit und Ordnungskraft erfordert.

Wir überlassen nun dem Lehrer, nach gegebener Anleitung die Kette auch bei einem offenen Reihenkörper geschlossener Viererreihen, welche in Stirn ziehen, dann bei Paarreihen und Viererreihen, die in Flanke ziehen, und endlich auch bei Reihen nur Einzelner, welche sich im Gegenziehen die Hände reichen, oder frei ohne Händereichen bewegen, anzuordnen und zur Darstellung bringen.

Wenn wir bei all den verschiedenen Uebungen des Vor- und Nachziehens, beim Gegenzug und Umzug längs oder durch die Reihen stets die Fortbewegung des gewöhnlichen Taktgehens geordnet haben, so wollen wir hier am Schlusse der Beschreibung dieser Ordnungsübungen nur bemerken, daß bei diesen Uebungen nun auch verschiedene Gangarten, wie z. B. der Hopsergang, der Kibitzgang, der Taktlauf auf ganzem Fuße oder nur auf den Zehen, so wie das Kibitzhüpfen, das wechselbeinige Schlaghüpfen und Spreizhüpfen und endlich das Galopphüpfen als Fortbewegungsübung geordnet werden können, daß ferner auch die verschiedenen Armthätigkeiten, namentlich wenn nur Einzelne gereiht sind, in Verbindung mit der Bewegung der Beine gebracht werden können, wie z. B. der Hüftstütz der Arme, die Armverschränkung vor der Brust, das Armaufstrecken und namentlich auch das dem Rhythmus der Beinbewegung zugeordnete Händeklappen. Der Lehrer wird nun kaum mehr in die Verlegenheit kommen, in welche ihn der Mangel an Uebungen und Beschäftigung für die Schüler versetzt und wird im Gegentheil die Menge der möglichen Uebungsfälle mit Geschick auf eine angemessene Auswahl bildender und gefälliger Uebungen eher beschränken.

Wir lassen nun noch eine Reihe von Freiübungen folgen,

welche der Lehrer zum Theil in geschlossenen oder offenen Aufstellungen von Reihen oder während der Fortbewegung derselben in einer der Ordnungen betreiben kann, indem er je nach Ermessen die Reihen in Stirn oder Flanke stellt.

❋ Spreizen. Seitspreizen. Die drei Reihen stehen in Flanke, bei einem Reihenabstande von vier Schritten und der Lehrer gebietet, nachdem er selber vorher die Uebung gezeigt: Acht! Stellt das linke Bein zu einem kleinen Seitschritt und bleibt in der Schrittstellung! — Schritt! und dann: Erweitert den Schritt links hin durch Abrutschen zum großen oder Zwangschritt, bei gestreckten Knieen! — Steht! Diese Stellung wird ebenso mit Seitschritt rechts und dann bei gleichzeitigem Seitrutschen der Füße beider Beine vorgenommen. Es kommt darauf an, daß die Uebenden den Oberleib und Kopf dabei möglichst aufrecht halten und diese Grätschstellung im Stehen auf ganzem Fuße auf Dauer üben. Geübteren kann während der Stellung Hüftstütz, Armverschränkung vor der Brust, Seit-, Vor- und Aufstrecken der Arme geboten werden. Eine selbstständige Uebung bildet das Schließen der gespreizten Beine, welches durch Anrutschen im Gegendrehen der Beine auf linkem oder rechtem Fuße, oder auf beiden Füßen zugleich ausgeführt werden kann. Auch das Maß der Geschwindigkeit beider Darstellungen kann der Lehrer durch Zählen ordnen. Diese Bewegung der Beine wird dann auch während des beidbeinigen Hüpfens an Ort so dargestellt, daß gleichzeitig mit dem Hüpfen beide Beine die geschlossene Stellung zum Schritt seitgrätschend erweitern, so, daß mit fünf, vier, drei, zwei Hüpfen und endlich mit einem Hupfe die Grätschstellung vollendet ist. In der Grätschstellung kann dann in der Richtung vorwärts, rückwärts und in den Seitenrichtungen gegangen und gelaufen werden, außer Takt und im Takte, namentlich, wenn die Grätschstellung eine mäßige Schrittlänge mißt. Bei unverrückter Haltung der grätschenden Beine wird auch gehüpft und endlich kann auch mit einer bestimmten Zahl von Hüpfen

wieder das Schließen der Beine zur geschlossenen Stellung derselben geordnet werden. Dann kann auch in einer mäßigen Grätschstellung das Hüpfen von Ort nach allen Richtungen hin und selber ein bestimmt gemessenes Hüpfdrehen dargestellt werden. Eine Uebung, bei welcher das Seitgrätschen und Schließen der Beine im Wechsel aufeinanderfolgt, ist die, wobei je nach einem Hupf bald zu einer mäßigen Grätschstellung, bald zu einer geschlossenen Stellung der Beine niedergehüpft wird, eine Bewegung, welche an und von Ort geübt werden kann außer Takt und im Takte. Im Sprunge an Ort wird dann auch das Seitgrätschen so ausgeführt, daß je mit dem Aufsprung aus einer geschlossenen Stellung der Beine das Grätschen und je mit dem Niedersprunge die Gegenbewegung des Schließens ausgeführt wird. Soll diese Uebung an bestimmte Zeit des Befehles gebunden werden, so wird geboten: Acht! Beugt! (es ist dieß eine Bewegung, welche jedem Sprunge vorausgeht) — Sprung!, worauf die Uebung erfolgt. Der Lehrer sieht darauf, daß die Schüler während des Grätschens und Schließens die Beine und selber den Fuß strecken, daß der Niedersprung auf den Zehen biegsam und möglichst geräuschlos erfolgt.

❁ Vor- und Rückspreizen. Die drei Reihen stehen in Stirn, im übrigen wie oben angegeben ist und der Lehrer ordnet nun auch diese Bewegung in mannigfaltigen Uebungen, wie das Seitspreizen, zum Dauerstand in Zwangschritten, das Gehen und Laufen in dieser Grätschstellung; das Hüpfen zur Grätschstellung und wieder zur geschlossenen Stellung der Beine, sowie das Hüpfen in der Grätschstellung; das Hüpfen beim wechselnden Vor- und Rückgrätschen mit dem Schließen der Beine, wozu hier noch während des Hüpfens der Wechsel der spreizenden und schließenden Beine kömmt, bei welchem aus einer Grätschstellung zu einer solchen gehüpft wird, bald das rechte, bald das linke Bein vorspreizt, während zugleich das linke und rechte rückspreizt, und endlich auch das Vor- und Rückgrätschen im Sprung, wobei der

Niedersprung mit der Gegenbewegung des Schließens der Beine erfolgt.

❋ Spreizen und Schließen eines Beins. Diese Bewegung, welche den Schülern schon bei den Gang- und Hüpfarten bekannt geworden, wird nun etwa in folgenden Uebungen besonders fortentwickelt. Es wird verkündigt, daß während des Stehens auf gestrecktem linken Beine das gestreckte rechte Bein mit Schwung vorwärts spreizen solle und zwar zu dem Maße der Bewegung, daß die Spitze des mit dem Beine aufgeschwungenen Fußes die Hand des wagerecht vorgestreckten Armes berührt. Nachdem der Lehrer die Uebung gezeigt, wird geboten: Acht! Vorstrecken des rechten Armes! — Vor! und dann: Schwungspreizen rechts; vorwärts bis zum Anfußen an die Hand! — Spreizt!, welches Befehlswort dann so oft wiederholt wird, als der Lehrer die Wiederholung der Uebung beabsichtigt. Dann wird geboten: Acht! Linker Arm! — Vor! und hierauf: Links Spreizen! — Spreizt! und nach dieser Uebung: Acht! Beide Arme! — Vor! Wechselbeiniges Spreizen! Rechts! — Spreizt!, Links! — Spreizt!, wobei der Lehrer die Ausführung an Zeiten binden kann, welche langsamer oder schneller aufeinanderfolgen. Nachdem nun verkündet, die schließende, schwunghafte Gegenbewegung des Beines solle nach einem Spreizen bis zum Anfußen, mit einem Schlage des vordern Fußes auf dem Boden zur Stellung enden, der Lehrer die Uebung gezeigt hat und wenn je die verschiedenen Arme, wie oben geschehen, vorgeboten sind, wird befohlen: Acht! Im Spreizen rechts Anfußen und Beinschlagen! — Schlagt!, wobei der Lehrer die Zeiten beider Bewegungen durch betontes Zählen Eins, Zwei hervorheben kann. Nach mehrmaliger Wiederholung wird dann geordnet: Acht! Die gleiche Uebung links! — Schlagt! und wenn auch diese dargestellt ist: Acht! Die gleiche Uebung wechselbeinig! Rechts! — Schlagt!, Links! — Schlagt! und so fort. Eine weitere Entwickelung gewinnt die Uebung, wenn der Lehrer ordnet, daß das auf das Sprei-

zen folgende Schließen zwar mit Schwung, aber geräuschlos erfolgt, oder daß das Schließen mit Stampfen endet, das Bein nach dem Spreizen zur Ausführung des Stoßes mit beugendem Kniegelenke angezogen wird. Es bleibt dem Lehrer unbenommen, das Maß des Spreizens anfangs auch kleiner zu ordnen, als es hier geschehen, auch kann er die in Stirn gestellten Einzelnen der Reihe, welche bei den Uebungen des Spreizens, im Stehen auf nur einem Beine häufig das Gleichgewicht verlieren und damit die ganze Aufstellungsordnung brechen, zur Befestigung ihres Gleichgewichtes, das Fassen Arm in Arm ausführen lassen oder die Verschränkung der Arme ordnen, bei welcher alle im Schlußstand Gestellten ihre Arme seitwärts abstrecken und sich mit den Händen an den Schultern und Oberarmen der Nebenleute festhalten. Dem denkenden Lehrer wird dabei nicht entgehen, wie in jeder Uebung noch andere Uebungen gegeben sind, welche, wie hier das Wagestehen auf einem Beine, während das andere Bein spreizt, mit selbstständiger Geltung hervorgehoben werden können, weil eben keine menschliche Thätigkeit, keine Leibesübung etwas Einfaches ist, sondern ein bereits aus vielen Theilen zusammengesetztes. Aber gerade deßhalb wird auch bei jedem und so auch bei unserem Unterrichte im Wechsel der verschiedenen Uebungen, bald die eine, bald die andere Thätigkeit, welche im Zusammenhange mit andern wirksam ist, besonders hervorgehoben und in ihrer Bedeutung begränzt. Wenn diese Uebungen in der Stellung gemacht sind, so kann der Lehrer den Spreiz- oder Schlaggang, außer Takt und im Takte, an Ort und von Ort, bei einem Maße des Spreizens, welches angestrengtere Beinthätigkeiten erfordert, als es die oben aufgeführten Gangarten voraussetzen, von Einzelnen und von Reihen, welche bald im festen Stirnmarsch bei verschränkten Armen, bald in offenem Flankenmarsch ziehen, ausführen lassen.

In ähnlicher Weise, wie das Vorwärtsspreizen und das Schließen mit der Gegenbewegung behandelt worden, kann

nun auch das ungewohntere Seitwärtsspreizen und Schließen nach demselben geübt werden. Die passendste Aufstellung der Gereihten ist hier die Flankenstellung.

❋ Anziehen und Strecken des Beines in seinen Hauptgelenken. Wenn auch diese Bewegungen schon in vielfältige Anwendung gekommen sind, so können sie nun hier zu folgenden bestimmt gemessenen Uebungen geordnet werden, welche der Lehrer stets in eigener Uebung anschaulich zu machen hat. Es wird etwa geboten: Acht! Anreißen (schwunghaftes Anziehen) des rechten gebeugten Beines nach der Brust bis zum Anknieen an derselben (Knieanschnellen), rechts! — An!, worauf das rechte Knie bis zur Berührung der rechten Brustseite oder rechten Schulter aufschnellt und mit Streckung wieder zur Stellung zurückkehrt. Der Lehrer macht auf das dabei nicht beabsichtigte und darum fehlerhafte Vorbeugen des Oberleibes, so wie auch auf das zu vermeidende Kniebeugen des Standbeines aufmerksam und läßt nach öfterer Wiederholung der Uebung rechts, dieselbe auch links und dann wechselbeinig machen, wobei die Ankündigung der Uebung kurzweg „Anreißen" genannt wird. Das Anreißen kann auch so geordnet werden, daß das Knie mit dem abhangenden Unterbeine nur bis zu dem Maße der Bewegung aufschnellt, wo das Oberbein die wagerechte Ebene, welche sich vor den Hüften ausdehnt, erreicht und hierauf mit Streckung zur Stellung wiederkehrt.

Auch die dem Anziehen folgende Gegenbewegung des sich streckenden Beines wird nun als Uebung bezeichnet und es wird befohlen: Acht! Anreißen rechts zum Anknieen und Beinstoßen zur Stellung mit Stampfen! — Stampft!, wobei wiederum der Lehrer die zwei Zeiten beider Bewegungen durch Zählen Eins, Zwei unterscheidet und damit die Uebung in Zeitmaß, zugleich aber auch die besonders beabsichtigte Bewegung des Stoßes in rhythmischer Ausführung hervorhebt. Die Uebung wird dann in gleicher Weise auch links und wechselbeinig geboten, wobei der Lehrer den Be-

fehl zur Uebung nur in kurzer Bezeichnung des zu übenden linken oder rechten Beines gibt.

Nach Uebung beider Bewegungen in der Stellung können dieselben auch mit Taktgehen an Ort und von Ort verbunden werden, so daß eine eigenthümliche Gangart mit zugeordneten Beinthätigkeiten die erweiterte Absicht der Uebung erscheinen läßt. Die Maße der Bewegung des Anreißens können dabei größer oder kleiner sein und dienen auch zu näherer Bestimmung bei dem Gehen mit Beinstoßen, welches anfangs stets als Stampfgang geordnet wird, dann aber auch so, daß der Niederstoß geräuschlos erfolgt. Der Lehrer muß beim Taktgehen mit Anreißen stets die Hauptbewegung, welche hier keine hörbare ist, durch betontes Zählen Links, zwei, Rechts, zwei unterscheiden, damit diese hervorgehoben wird als erste, während beim Taktgehen mit Beinstoßen das Zählen gerade die zweite Bewegung hervorheben muß und etwa so geschieht: links, Zwei, rechts, Zwei und so fort. Auch als Taktlauf können die Uebungen geordnet werden, wobei aber das Anreißen der Beine nur zu dem Maße geschieht, daß die Kniee zur wagerechten Ebene vor den Hüften aufgeschwungen werden, die Laufschritte in einem Zeitmaße der Geschwindigkeit erfolgen, welches dem der Schrittzeiten beim gewöhnlichen Gehen gleichkommt und je nach der hervorzuhebenden Bewegung des Anreißens oder Stoßens beim Zählen verschieden betont werden, wie wir beim Taktgehen angegeben haben.

❋ Anziehen und Strecken des Unterbeines. Diese Bewegung, wobei nur das Unterbein mit dem Fuße angezogen wird und die mit der Gegenbewegung des Kniestreckens endet, kann in vielen Arten von Uebungen geordnet werden. Wir wollen hier nur eine Auswahl derselben geben und lassen die Uebungen so folgen, wie wir dieselben bei unsern Schülern etwa vornehmen würden. Es wird, nachdem der Lehrer selbst die Uebung vorgemacht hat, verkündet, es solle nun gelaufen werden und zwar so, daß bei jedem Niederstellen des einen Beines das Unterbein des andern standfreien Beines

mit Schwung angezogen wird und der Fuß am Gesäße anferst. Dann wird den in Flanke Gestellten geboten: Acht! Laufen mit Anfersen, vorwärts! — Lauft! Das hierauf wieder im Wechsel mit dieser Uebung gebotene gewöhnliche Laufen hilft den Schülern das Unterscheidende beider Bewegungen erkennen und der Lehrer hat Gelegenheit, dieselben auf die so häufig vorkommende üble Darstellung des gewöhnlichen Laufes, bei welchem ein nur mäßiges Anziehen des Unterbeines genügt, häufig aber ein übermäßiges, auf die Dauer ermüdendes Anziehen der Unterbeine kunstlos vollzogen wird, aufmerksam zu machen. Wenn das Laufen mit Anfersen von Ort geübt ist, wird dasselbe auch an Ort und dann auch als Gehen mit Anfersen geübt. Es fällt dieses den meisten Anfängern schwerer, als das Laufen mit Anfersen, ein Grund, der uns bestimmte, die Uebung zuerst mit dem Laufen zu verbinden. Nun läßt der Lehrer auf das Gebot: Acht! Beidbeiniges Anfersen im Hüpfen! — Hüpft! oder auf das Gebot: Acht! Beidbeiniges Anfersen im Springen! — Springt! das Anfersen im Hüpfen oder Springen, das an Ort und von Ort durch Zählen zu bestimmter Zahl der Taktbewegungen geordnet werden kann, darstellen. Zuletzt kann auch das Anfersen in der Stellung zuerst rechts und links und endlich wechselbeinig geordnet und ausgeführt werden. Der Befehl lautet dann: Acht! Anfersen rechts! (links!) — An!, oder: Anfersen wechselbeinig! — Links! — Rechts! und so fort, welches dann zum Taktgehen mit Anfersen fortentwickelt wird, wobei die Taktzeiten nicht wie beim gewöhnlichen Taktgehen bei dem jeweiligen Schritte gezählt werden, sondern so, daß auf die Hauptübung des Anfersens beim links Anfersen zum Taktgehen das Zählen „links und rechts" je im Wechsel mit dem Anfersen des linken und rechten Beines zusammenfällt und beim Gehen im $^4/_4$ Takte stets erst mit dem zweiten und vierten Taktviertel das Niederstellen der Füße zum Schritt erfolgt, wobei das Zählen etwa so geordnet wird: Links, Zwei, Rechts, Zwei und so fort. Im

Wechsel mit dem Anziehen zum Anfersen wird dann auch die Gegenbewegung des Kniestreckens, das Knieausschnellen so geordnet, daß je nach erfolgtem schwunghaften Anfersen dies Knieschnellen mit Schwung zuerst mit stampfender und dann auch mit geräuschloser Rückkehr zur Stellung geboten wird. Das Ausschnellen nach dem Anfersen wird zuerst rechts und links, dann wechselbeinig und zuletzt als Taktgang mit Niederschnellen des Fußes geübt. Der Befehl heißt: Acht! Ausschnellen mit Stampfen! — Schnellt!, wobei der Lehrer hervorzuheben hat, daß das Oberbein, wie auch beim Anfersen, möglichst wenig sichtbaren Antheil an der Bewegung nimmt. Das Zählen zu zeitlich geordneter Darstellung lautet: Eins, Zwei, mit der Betonung der zweiten Bewegung. Wird die Uebung mit Taktgehen verbunden, so bildet das dem Ausschnellen vorausgehende Anfersen den Auftakt, und mit dem ersten und dritten Viertel des $^4/_4$ Taktes wird stets der linke und rechte niederschnellende Fuß zum Schritte niedergestellt, so, daß während der schlechten Takttheile des zweiten und vierten Taktviertels die untergeordnete Bewegung des Anfersens gemacht wird. Leichter ist die Uebung des Taktgehens mit Ausschnellen, wenn die Bewegung mit Stampfen schließt, schwerer, wenn dieselbe ohne Stampfen über dem Boden endet. Der Lehrer thut wohl, diese strengen rhythmischen Unterschiede fest einzuhalten, die Bewegung wird bestimmter und freier in dem Gesetze, die Uebungen selber haben einen doppelten Werth, wenn sie sich an ein Maß binden, die Gemessenheit im Thun selber bilden helfen.

Fernere Uebungen im Beugen und Strecken der Oberbein-, Knie- und Fußgelenke. Auch hierbei sollen die Schüler Bewegungen, die bei ihren Uebungen schon vielfältig vorgekommen sind, an besondern Darstellungen in entschiedenere Veränderungen versetzen lernen, zugleich aber auch, wie bei jeder Turnübung, mit Uebung der nöthigen Veränderungsmittel diese selber unterscheiden lernen. Bei jeder neuen Umgestaltung der Gliederung des Leibes sollen die Schüler zu-

gleich mit deren Darstellung auch neue Verhältnisse, welche in derselben zur Anschauung kommen, kennen lernen, der Lehrer muß die wesentlich wirkenden Thätigkeiten bei einer Uebung auch benennen. Er selber zeige jetzt, wie der Stehende durch Beugen der Gelenke des Beines seine aufgerichtete Leibeslänge in der Stellung verkürzen kann, indem er sich zum Hockbeugen senkt und veranschauliche dann auch, wie wiederum durch Streckung der Beine die zuerst eingenommene aufgerichtete Gestalt des Leibes in der Stellung hergestellt werden kann. Die Schüler, welche in offenen Reihen in Stirn gestellt sind, werden nun aufgefordert, die Arme vorzustrecken und der Lehrer befiehlt: Acht! Langsames Beugen zum Hockbeugen! — Hockt!, wobei die in zweiter Stellung Stehenden und Uebenden aufgefordert werden müssen, den Stand auf ganzem Fuße unverrückt einzuhalten und bei Wahrung des Gleichgewichtes, mit Hülfe der vorgestreckten Arme, nur allmählig die Beugung zu vollenden. Die hastig und unvorsichtig Uebenden, welche, das Gleichgewicht verlierend, häufig umfallen, geben die anschauliche Erklärung für die Anordnung des Lehrers. Nun wird zur Gegenbewegung befohlen: Acht! Langsames Strecken zur aufrechten Stellung! — Steht!. Beide Uebungen können bei zunehmender Geschicklichkeit der Schüler auch an kürzere Zeit gebunden, schneller gemacht werden, wobei der Lehrer die Zeit für eine jede beider Bewegungen durch Zählen messen und bestimmen kann. Geübtere können dann das Hocken mit der Gegenbewegung auch ohne das Vorstrecken der Arme darstellen und der Lehrer kann etwa folgende Uebung befehlen: Acht! Langsames Beugen zum Hocken und schnelles Strecken zum Stehen! — Hockt!, was hierbei gedehnt ausgesprochen werden muß, und hierauf: Rasches Beugen zum Hocken und langsames Strecken zum Stehen! — Hockt!, das jetzt rasch gesprochen wird. Vor der Ausführung gibt der Lehrer durch Zählen Eins, Zwei, Drei, Vier das Maß der Geschwindigkeit für beide Bewegungen besonders, so, daß im ersten

Uebungsfalle drei Zeiten auf das Beugen und eine Zeit auf das Strecken kommen, im zweiten Uebungsfalle aber nur eine Zeit auf das Beugen und drei Zeiten auf das Strecken geordnet werden. Ferner kann der Lehrer die im Hocken Verharrenden auch diese Uebung auf Dauer darstellen lassen, so daß z. B. geboten wird: Acht! Im Wechsel acht Zeiten lang hocken und acht Zeiten lang stehen! — Hockt!, worauf der Lehrer stets die acht Zeiten laut zählt, die Uebenden je bei der Wiederkehr und in der ersten der Zeiten bald zum Hocken beugen, bald zum Stehen sich strecken. Sollen nun beide aufeinanderfolgenden Bewegungen auch in schnellerem Wechsel im Takte dargestellt werden, so kann der Lehrer vier und selber nur zwei Zeiten im $^4/_4$ oder $^2/_4$ Takte zählen, daß entweder auf jede Bewegung zwei oder nur ein Taktviertel kommen. Die in raschem Wechsel verbundenen beiden Bewegungen werden dann auch als eine Uebung zusammengefaßt und unter dem Namen Hockwippen (d. h. Auf- und Niederschwingen mit beugenden und sich streckenden Beinen) ein- oder mehreremal aufeinander geübt und etwa so geboten: Acht! drei-, sechs-, achtmal Hockwippen! — Wippt!. Wie bisher das Beugen beim Hocken bis zu möglichster Biegung der Gelenke geordnet wurde, die Gegenbewegung des Streckens eine vollkommene Streckung erforderte, so können beide Bewegungen auch zu andern Maßen geordnet werden. Es wird etwa geboten: Acht! Kleine Hockbeuge! — Hockt!, wobei das Beugen bis zu dem Maße erfolgt, welches erkannt und gemessen wird, sobald die Oberbeine bis zu wagrechter Ebene gebogen sind. Im Wechsel mit der kleinen Hockbeuge wird dann die kleine Gegenbewegung zum Strecken geboten und hierauf auch das Hockwippen zu und aus der kleinen Hockbeuge geordnet. Eine weitere Durchbildung des Hockbeugens ist dann auch die, wo befohlen wird: Acht! Große Hockbeuge! — Hockt! und hierauf: Acht! Streckt Euch zur Stellung in der kleinen Hockbeuge! — Steht!, wobei auch nur eine kleine Streckung erfolgt. Beide Bewegungen des Beugens zu der großen und

des Streckens zu der kleinen Hockstellung werden im Wechsel und dann auch als Wippen aus der großen zu der kleinen Hockbeuge geübt.

Die Schüler haben meist schon selber bemerkt, in welcher Beziehung namentlich das zuletztgenannte Hockwippen zum Hüpfen und Springen steht und der Lehrer ordnet darum alsbald das Hockhüpfen an Ort und von Ort vorwärts in der Weise, daß er die Zahl und Zeit der einzelnen Hüpfe auch näher bestimmt, wenn einmal die Uebung von Allen in freigegebener Ausführung versucht worden ist, und die Schüler aufmerksam gemacht worden sind, zur Bewahrung des Gleichgewichtes beim Hüpfen ihre Arme und Hände nach Bedürfniß zu gebrauchen. Der Befehl lautet etwa: Acht! Hockhüpfen, sechsmal an Ort! — Hüpft!, wobei er die Zeiten zählt, dann etwa: Acht! Mit sechs Hüpfen vorwärts! — Hüpft!. Der Lehrer kann dabei zugeben, daß das Hockwippen ein kleineres Maß der Bewegung hat, als das zuletzt genannte, dann aber kann auch wieder gefordert werden, daß das Wippen zu dem gesetzten Maß aus großer zu kleiner Hockbeuge bestimmt erfolge. Unwillkührlich werden bei dieser Bewegung die Schüler auf den Zehen hüpfen und den Stand auf ganzem Fuße aufgeben und der Lehrer macht nun selber auf diese Veränderung in der Uebung aufmerksam und ordnet dann, nachdem die aufrechte Stellung wieder erfolgt ist: Acht! Hockbeugen mit Zehenstand zum Sitzhocken! — Hockt!, wobei die Schüler während und mit dem Beugen auf den Zehen Stand nehmen und nach erfolgtem Beugen auf Waden und Fersen sitzen, eine Uebung im Stehen und Sitzen ausführen. Darauf werden die Uebenden aufmerksam gemacht und zugleich wird ihnen bemerkt, daß sie auch hierbei die nöthigen Armhülfen gegen das Fallen aus dem Gleichgewichte anwenden sollen. Dieses Beugen zum Sitzhocken wird auch im Wechsel mit der Gegenbewegung des Streckens zur aufrechten Stellung und als Wippen zu dem Sitzhocken und aus demselben bei verschiedenen Maßen der Bewegung, ohne Ge-

bundenheit an bestimmte Zeit und im Takte geübt. Als letzte Entwickelung dieser eigenthümlichen Bewegungen kann dann noch das Hüpfen an und von Ort mit der großen Hockwippe im Zehenstand vorgenommen werden, die Bewegung, bei welcher je mit und nach dem schwunghaften Aufstrecken aus dem Sitzhocken zum aufgerichteten Stehen die Füße mit einem Hupf abschnellen und dann wiederum je bei dem Hockbeugen niederhüpfen. In gleicher Weise wird dann auch das Springen an und von Ort mit der großen Hockwippe im Zehenstand geordnet, eine Uebung, welche sich von der vorausbeschriebenen nur durch angestrengtere Bewegung und größeres Maß der Ausführung unterscheidet. Beide Uebungen, das Hüpfen und Springen mit Hockwippen werden außer Takt und im Takte gemacht und wir bemerken am Schlusse dieser Uebungsreihe für den Lehrer nur noch, daß bei all den genannten Uebungen des Hockbeugens die Schüler angehalten werden müssen, ihren Oberleib möglichst aufrecht in senkrechter Richtung zu halten. Diese Uebungen alle entwickeln neben der Durchbildung der Beug- und Streckkraft der Beine im Stehen eigenthümliche Fälle der Umgestaltung des Leibes, welche für sich betrachtet eine selbstständige Bedeutung haben, sind aber mit Beziehung auf solche Uebungen, welche die Kraft der Beine ungewöhnlich in Anspruch nehmen, zugleich auch, wie noch viele andere Uebungen, gleichsam Vorübungen z. B. zum Lauf und Sprung, wie diese wiederum mit vielen andern Bewegungen selber als Vorübungen für noch entwickeltere Leibesübungen angesehen werden können. Es wäre aber eine dürftige Beurkundung der Einsicht in das Wesen und in die Bedeutung der Turnübungen, wenn man sich nicht dahin erheben wollte, bei allem Zusammenhang der Uebungen untereinander auch die Theile als selbstständige Glieder anzusehen und in ihrer Einzelbedeutung anzuerkennen und gelten zu lassen.

Stehen und Knieen. Im Anschluß an das Hockbeugen kann der Lehrer folgenden Wechsel des Stehens und Knieens

ordnen. Es wird geboten: Acht! Beugen zum Sitzhocken! — Hockt! und hierauf: Senkt Euch zum Knieen! — Knieet!, worauf die Schüler, die unverrückt die Füße im Fersenschluß erhalten, bei rückwärts geneigtem Oberleibe und Strecken der Oberbeine die Kniee sanft zum Boden senken und nun bei Stand der auswärts gerichteten Kniee gleichsam in einer kleinen Seitschrittstellung der Oberbeine knieen, worauf die Oberbeine den Sitz auf Fersen aufgeben und sich in eine Richtung mit dem aufgerichteten Rumpfe strecken, wenn die Hockbeuge in zweiter Stellung geordnet ist. Ward dagegen, was auch geübt werden soll, das Hockbeugen in erster Stellung gemacht, so bleiben, wie beim Beugen, so auch bei dem nachfolgenden Knieen die Beine mit den Knieen geschlossen, weil die Regel gilt, daß bei allem Kniebeugen die Beine und Kniee in gleicher Richtung, wie die Füße gehalten werden, es sei denn, daß Anderes beabsichtigt wird. Während nun die Uebenden knieen, verharren die Fußspitzen auf dem Boden und tragen stemmend das Unterbein, so daß der ganze Zustand des Uebenden kein reines Knieen bildet, sondern eine gemischte Stemmübung des Knieens und Zehenstehens. Wenn auch hierbei das Letztere sehr untergeordnet erscheinen mag, so sind es doch wesentlich die Füße, welche den Knieenden im Gleichgewichthalten unterstützen. Soll nun wieder zum Sitzhocken im Zehenstand und nach diesem zum aufgerichteten Stehen gewechselt werden, so wird geboten: Acht! Wechselt zum Sitzhocken! — Hockt!, wobei, noch vor eintretendem Sitzhocken im Zehenstand, der aufgerichtete Rumpf in den Hüften und die Kniee sich beugen, zum Sitz auf Waden und Fersen und dann die gesenkten stemmenden Kniee wieder angezogen über den Boden gehoben werden, das Sitzhocken auf Zehen wiederhergestellt ist. Nun kann auf das Gebot: Acht! Strecken zum Stehen! — Steht! die aufgerichtete Stellung wieder erfolgen, oder es aufs neue zum Knieen gewechselt werden, so daß beide Bewegungen, langsamer oder schneller, aufeinanderfolgen. Noch mannigfaltiger können diese Uebungen in Auf-

einanderfolge geordnet werden, wenn z. B. aus dem aufgerichteten Stehen zur Hockbeuge im Stand auf ganzem Fuße, darauf Sitzhocken im Zehenstand und endlich Knieen geboten wird, worauf dann der gleiche Wechsel wieder in umgekehrter Ordnung der genannten Uebungen folgen kann. Die Darstellung aller genannten Uebungen kann außer Takt und im Takte durch Zählen geordnet werden.

Rumpfbeugen und-strecken. Die Bewegungen des Rumpfes im Hüftgelenk, welche unsere Schüler jetzt vornehmen sollen, werden nur in der Stellung vorgenommen und es wird etwa, nachdem der Lehrer die einzelnen zu übenden Bewegungen selber anschaulich gemacht hat, geboten: Acht! Rumpfbeugen vorwärts bis zum Anschultern an den Knieen! — Beugt!, worauf die Uebenden ihre Schultern zur Berührung der Kniee, welche möglichste Streckung bewahren, senken und auf den Befehl: Acht! Rumpfstrecken! — Streckt! den Oberleib wieder aufrichten. Bei dieser Uebung, welche der Jugend wenig Schwierigkeit in der Ausführung verursacht, wird die zweite Stellung geordnet und anfangs ein mäßiges Mitbeugen der Kniee gestattet, so daß die auswärts gerichteten Kniee leichter den Schultern begegnen; Geübtere aber sollen die Uebung bei nur geringem Mitbeugen darstellen lernen. Beide Bewegungen werden ohne Schwung und mit Schwung ausgeführt und auch in schneller Aufeinanderfolge als „Rumpfwippe" durch Zählen an Zeit gebunden. Dabei kann der Lehrer die erste oder zweite Bewegung besonders hervorheben, die eine oder die andere mit Schwung ausführen lassen. Dann kann auch geboten werden: Acht! Rumpfbeugen und Verharren im Zwangbücken! — Beugt!, wobei die Uebenden den Rumpf in angestrengter Beugung, welche auf Dauer geübt wird, halten, die Kniee gestreckt bleiben müssen. Es kann hier geordnet werden, daß während dieser Uebung die Arme die Unterbeine umfassen und die Schultern zur Berührung der Kniee anziehen, oder, daß vor dem Beginn der Uebung Aufstrecken der Arme geboten wird, woran sich dann zugleich

die fernere Aufforderung anschließt, daß die gestreckten Arme und Hände während des Zwangbeugens des Rumpfes den Boden berühren. Die bisher genannten Beug- und Streckübungen des Rumpfes werden dann auch in einer mäßigen Schrittstellung der seitwärts gestellten gestreckten Beine angeordnet. Das Rumpfbeugen seitwärts wird im Wechsel mit der Gegenbewegung zur Aufrichtung des Rumpfes rechts und links geordnet, wobei der Hüftstütz der Arme mit geboten werden kann, dann aber auch als „Rumpfwippe mit Seitbeugen", wobei der Oberleib mit Schwung aufeinanderfolgend in beiden Seitenrichtungen beugend durch die gestreckte Haltung hindurch hin und her bewegt wird. Ebenso wird das Zwangbeugen des Rumpfes nach den Seitrichtungen zur Halte auf Dauer geübt und endlich das Rückbeugen des Rumpfes nur als „Kreuzbiege auf Dauer" geordnet und dargestellt.

Armübungen. Zu den Armübungen, welche die Schüler bereits kennen und unterscheidend darstellen gelernt haben, kann der Lehrer nun noch etwa folgende ordnen. Auf- und Abschwingen der gestreckten Arme mit Fausthalte der Hände in der senkrechten Ebene vor- und rücklings von den abhangenden Armen. Die Bewegung wird zuerst beidarmig, dann nur einarmig rechts und links, wechselarmig, und endlich so geboten, daß beide Arme gleichzeitig gegenschwingen, der eine Arm mit dem Abschwung, der andere mit dem Aufschwung die Bewegung beginnt. Durch Zählen wird bald langsamer, bald schneller die Taktbewegung geordnet und der Lehrer kann selber etwa Beinstampfen zugleich mit der Armübung in rhythmische Uebereinstimmung bringen, zugleich mit dem Taktschwingen der Arme Taktgehen darstellen lassen. Das Auf- und Abschwingen wird dann ebenso in der senkrechten Ebene seitlings von den abhangenden Armen in verschiedenen Uebungen geordnet. Dann gebietet der Lehrer Vorstrecken der Arme und ordnet das Rück- und Vorschwingen in der wagerechten Ebene in Schulterhöhe und zwar so, daß die Bewegung rückwärts möglichst weit nach hinten erfolgt, die Brust vor-, die

Schultern rückwärts gestreckt werden (Schulterprobe), die Bewegung nach vorn, bei Fausthalte der Hände und beidarmigem Gegenschwingen, bis zum Anhanden der Fäuste, oder bei gestreckter Fingerhalte, bis zur schwunghaften Berührung der innern Handseiten mit Händeklappen, welches auch die Taktbewegung messen hilft, erfolgt. Beidarmig wird, wie bemerkt, die Uebung anfangs nur mit Gegenschwingen der Arme gemacht, kann aber dann auch so geordnet werden, daß beide Arme in gleicher Richtung hin und her schwingen. Beim einarmigen Schwingen nach vorn und hinten in wagerechter Ebene kann das Schwingen nach vorn bis zum Anarmen des Oberarmes an die Brust erfolgen, ein Maß der Bewegung, welches auch bei beidarmigem Schwingen der vor der Brust kreuzenden Arme erreicht werden kann. Dieses Armschwingen wird auch wechselarmig geübt. Wir überlassen nun dem Lehrer das Hin- und Herschwingen der gesenkten Arme auch noch in der senkrechten Ebene, welche vorlings vom Leibe, mit dessen Breite gleichlaufend liegt, ferner das Hin- und Herschwingen der gehobenen Arme in der senkrechten Ebene vorlings vom Gesicht, welche mit der Stirn gleichlauft, anzuordnen und in den gleichen verschiedenen Darstellungsweisen üben zu lassen, wie das vorausbeschriebene Schwingen und zwar außer Takt und im Takte.

Alle die genannten Arten des Armschwingens können dann auch so dargestellt werden, daß bei verschiedener Drehhaltung der Arme eine größere oder kleinere Beughalte der Ellenbogengelenke geordnet wird, Uebungen, welche das Schwingen der gekrümmten und verkürzten Arme bezwecken und nach gegebener Anschauung wie alle genannten Armübungen am schnellsten von den Schülern erfaßt und unterschieden werden.

Das Kreisschwingen der Arme in fortgesetzter Bewegung der in gleicher Richtung kreisenden Arme, kann bei unsern Schülern auf folgende Uebungen beschränkt werden, auf das Kreisschwingen nach vorn, wo aus dem Abhangen der Arme die Bewegung nach vorn beginnt und auf das Kreisschwin-

gen nach hinten, wo aus der ursprünglichen Armhaltung die Bewegung nach hinten beginnt. Beide Uebungen werden außer Takt und im Takte geordnet dargestellt.

Das Armstrecken und Beugen wird nur in schwunghafter Bewegung als Armstoßen und Armanreißen etwa so dargestellt, daß geboten wird: Acht! Arme! — An!, worauf die Uebenden, welchen verkündigt worden, was geübt werden soll, die gebeugten Arme mit Fausthalte der Hände an die Brust ziehen. Dann wird etwa geboten: Acht! Beidarmiger Vorstoß! — Vor!, wobei die Fäuste in gerader Linie vorstoßen, die Arme in völliger Streckung gehalten bleiben. Dann wird geboten: Acht! Anreißen der Arme! — An! und die Arme kehren rasch beugend in ihre zuerst eingenommene Haltung vor der Brust, welche durch die Fäuste nicht erschüttert werden darf, zurück. Dann werden beide Bewegungen aufeinanderfolgend so dargestellt, daß etwa geboten wird: Acht! Beidarmiges Vorstoßen und Anreißen! — Stoßt! und die Uebung wird bei wiederkehrendem Befehl „Stoß!" stets wiederholt, oder es wird geordnet, daß dieselbe drei-, sechs- oder achtmal aufeinanderfolgend in gezählten Zeiten erfolgen solle. Ebenso kann geboten werden, nachdem vorher die Arme im Vorstoß gehalten sind: Acht! Anreißen und Vorstoßen! — An!, so daß je die Bewegung mit einem Stoß endet, einmal oder mehreremal nach Gebot gemacht wird. Will der Lehrer noch mehr den Stoß, oder das Anreißen hervorheben, so kann er ordnen: Acht! Sechsmal Vorstoßen und hierauf Verharren in der Stoßhalte! — Stoßt!, oder: Sechsmal Anreißen aus der Stoßhalte und hierauf Verharren in der Beughalte der Arme vor der Brust! — An!. Bei beiden Uebungen kann der Lehrer die Hauptbewegung zählend betonen. Diese Bewegungen können auch nur einarmig rechts und links und dann wechselarmig geordnet werden und in letzter Darstellung so, daß beim Stoß des einen Armes zugleich der andere Arm die Gegenbewegung des Anreißens macht. In gleicher Weise kann dann auch das Seitstoßen, das Nieder- und Aufstoßen

mit nachfolgendem Anreißen vorgenommen werden, wobei die Thatbefehle für die verschiedenen Richtungen der Stöße „Seit!", „Ab!" und „Auf!" lauten, der Befehl „An!" für das Anreißen zur bezeichneten Beughalte, welche immer eingehalten wird, derselbe bleibt. In Uebereinstimmung mit dem Stoßen oder mit dem Anreißen kann auch das Beinstampfen zugeordnet, dem Stoßen im Takt das Taktgehen beigesellt werden.

Wenn auch alle genannten Armübungen die Mitwirkung und Bewegung der Schultern nach sich ziehen, so kann der Lehrer noch einige besondere Uebungen bezeichnen und ausführen lassen, welche die selbstständigere Bewegung der Schultern hervorheben und ausbilden. Nach gezeigter Uebung befiehlt der Lehrer: Acht! Achselzucken! — Auf!, wobei die Uebenden die Schultern aufstrecken; dann wird geboten: Acht! Achselsenken! — Ab!, worauf die Schultern wieder zur ursprünglichen Haltung angezogen werden. Beide Uebungen werden dann, nachdem eine jede besonders hervorgehoben worden, aufeinanderfolgend in langsamerem oder schnellerem Wechsel außer Takt und im Takte dargestellt, indem der Lehrer Auf! und Ab! zählt und dann auch einschultrig und wechselschultrig mit Gegenbewegung beider Schultern. In gleicher Weise der Anordnung geregelter Uebung wird dann auch das Vorstrecken und Anziehen der Schultern, das Rückstrecken und Anziehen der Schultern und endlich das Wechseln aus dem Vorstrecken der Schultern zum Rückstrecken derselben, als Vor- und Rückschultern geübt und alle Streckungen der Schultern auch in Dauerhalte gebracht, namentlich während des Taktgehens die Dauerhalte der zurückgestreckten Schultern.

Als letzte Uebungen lassen wir hier noch einige Bewegungen des Kopfes im Halsgelenke folgen. Es wird geboten: Acht! Rechts Drehen des Kopfes zur Zwangdrehe! — Dreht!, dann auch Links Drehen. Das Gegendrehen kann zur ursprünglichen Haltung des Kopfes oder zur Zwangdrehe in entgegengesetzter Richtung geboten werden, zu längerer oder kürzerer Drehhalte. Dann wird auch das Beugen vor-, rück-

und seitwärts rechts und links mit der Gegenbewegung zum Strecken zur ursprünglichen Haltung des Kopfes geordnet, oder so, daß aus einer Beugung des Kopfes in die entgegengesetzte gewechselt wird. Auch Beughalten des Kopfes können mitunter geübt werden.

Zweite Stufe.

Unsere Schüler haben bereits die turnerische Vorbildung erhalten, welche mit all den verschiedenen Uebungen der ersten Stufe bezweckt wurde. Mit der Fertigkeit in verschiedenen Ordnungen der Gliederung der Mehrzahl zugleich ihre eigene Leibesgliederung in Gesetzen frei zu verändern, sind sie zugleich auch reicher geworden an Vorstellungen und Begriffen über den zu unterrichtenden Gegenstand und haben viele Mittel kennen gelernt, durch welche eine Turnübung zu Stande kommt, sei es in Uebungen, welche der Einzelne nur für sich unternehmen kann, oder in solchen Darstellungen, welche im Vereine mit Andern seine besondere Uebung zur Ordnung einer größeren Gliederung in Beziehung bringen. In der Art und Weise, wie dieser doppelte Gesichtspunkt bei Leitung der Gemeinübung Aller hervorgehoben wurde, sucht nun auch der Lehrer in all den Uebungen der zweiten Stufe den Unterricht zu geben. Dieser befaßt sich hierbei vor Allem mit der durch Wiederholung erreichbaren größeren Befestigung, Begründung und Fortentwickelung der Uebungen der ersten Stufe. Von gereifteren, vorgebildeten Schülern werden die zu leistenden Uebungen mit mehr Genauigkeit und Strenge gefordert; eine jede Turnübung wird in sich selbst zu vollkommenerer Stufe gebracht, wie es der Fortschritt der Schule und des Alters mit sich bringt. Alles neu Hinzukommende knüpft der Lehrer an bereits Gelerntes an, wenn sich auch, mit Rücksicht auf den Fortschritt der gesammten geistigen und leiblichen Entwickelung der Schüler jetzt schon eine andere, weniger umständliche Lehrweise einhalten und

befolgen läßt, als bei Anfängern. Auch unsere Uebungsbeispiele und Beschreibungen der Unterrichtsbehandlung werden jetzt kürzer gefaßte sein, der Lehrer soll selber nach Anleitung der ersten Stufe seine einzuschlagenden Wege suchen und beziehungsweise zu den Uebenden einen freien Gebrauch von den Uebungsfällen machen, welche wir mehr für ihn selber beschreiben oder auch nur in Andeutungen entwerfen.

Ordnungsübungen.

Schrittdauer. Sobald die Schüler taktgehen, macht der Lehrer aufmerksam, wie die Dauer der Schritte an mäßiges, schnelles und langsames Zeitmaß der Geschwindigkeit gebunden werden könne. Da der Lehrer stets der Taktgeber und Taktleiter der Bewegung der Taktgehenden ist, so gewöhne er die Schüler an ein feststehendes mäßiges Zeitmaß der Schrittdauer beim Taktgehen, so daß etwa 80 Schritte auf die Minute kommen. Wenn beim Taktgehen keine andere Anordnung getroffen wird, so gilt stets diese mittlere Geschwindigkeit der Schritte. Dann aber wird auch im Wechsel mit dem Gehen in mäßiger Geschwindigkeit das Taktgehen mit Schnellschritten, wo 100, 120, 140 Schritte in einer Minute und ebenso das Taktgehen mit Langsamschritten, wo 70, 60, 50, 40 Schritte in einer Minute erfolgen, geordnet und zwar so, daß der Lehrer stets das Zeitmaß, wenn auch nur ein annäherndes, gibt. In Absicht auf die Schrittdauer sollen die Schüler bei den Befehlen: Acht! Taktgehen! — Marsch!; Acht! Taktgehen im Schnellschritt! — Marsch! und: Acht! Langsamschritt! — Marsch! wenigstens neben dem gewöhnlichen mäßiggeschwinden Zeitmaße der Schrittdauer den schneller und langsamer bewegten Gang unterscheidend ausführen lernen. An diese streng unterschiedenen Uebungen schließt sich dann auch die Uebung des Taktgehens, wobei, unter Leitung des zählenden Lehrers, die Gehenden in allmähligen Uebergangszeiten den Wechsel der verschiedenen Schrittdauer darstellen.

Schrittlänge. Der Lehrer bringt auch die Länge der Schritte in Unterscheidung, so daß der gewöhnliche Schritt zu einer durchschnittlichen Leibesbreite der Gehenden, oder zu zwei Fußlängen derselben, im Abstande der zum Schritt gestellten Beine und Füße von Ferse zu Ferse gerechnet, gesetzt wird, der Halbe oder Kleine Schritt gleich der Leibestiefe, oder einer Fußlänge, der Viertel Schritt gleich einer halben Fußlänge und dann endlich noch der Große Schritt gleich ¾ Schritt. Wenn diese Schrittmaße wiederholt bezeichnet und anschaulich gemacht sind, wird das Taktgehen in den einzelnen Maßen der Schrittlänge besonders geübt und dann im Wechsel aufeinanderfolgend das Gehen mit verschiedenen Schrittmaßen geboten und geordnet. Wenn kein besonderes Maß für die Schrittlänge bezeichnet wird, so gilt der gewöhnliche Ganze Schritt, der Befehl für die verschiedenen Maße lautet: Acht! Taktgehen mit Kleinen Schritten! Viertel Schritten! Großen Schritten! — Marsch!.

Der Lehrer hebt nun hervor, wie Schrittdauer und Schrittlänge unabhängig von einander sind und läßt bald bei langsamer Schrittzeit kleinere oder größere Schritte, bald bei schnellerer Schrittzeit größere oder kleinere Schritte ausführen. Uebungen, welche die übereinstimmende Bewegung Aller sehr entwickeln und neben ihrer Bedeutung als selbstständige Uebungen die gemessenen Darstellungen der Ordnungsübungen sehr befördern.

In gleicher Weise wie hier das Gehen in der Richtung vorwärts in den verschiedensten Ganglinien und Ordnungen der Gereihten geübt werden kann, wird nun auch, wenn auch nicht mit der Ausführlichkeit, das Gehen mit gemessener Schrittdauer und Schrittlänge beim Rückwärts- und Seitwärtsgehen geübt und dann auch das bestimmte Messen der Schritte mit dem Taktlaufen verbunden, bei welchem die Länge des großen Laufschrittes zu 1 ½ Schritt erweitert werden kann.

Unsere Schüler, die bereits als Glieder kleinerer oder

größerer Reihen in geschlossener Stirnstellung, bei fester Ordnung, im Gegenzug der Zweierreihe und Viererreihe und ebenso beim Umzug und Durchziehen mit Schlängeln in vielfacher Weise das Gehen in kreisförmigen Linien geübt haben, lernen jetzt das Schwenken, wobei sich Reihen oder Reihenkörper, während der Aufstellung, oder während der Fortbewegung, bei fester Ordnung, um eine Axe drehen, wie der Einzelne, als besonders beabsichtigte Uebung. Die eine Reihe Aller wird in Stirn aufgestellt und in neun Viererreihen getheilt. Es wird das beabsichtigte Schwenken mit der Bemerkung verkündigt, daß die Viere einer jeden Reihe, welche sich Arm in Arm fassen können, sich wie nur Einer betrachten sollen, der gleichsam in dem rechten und linken Flügelmanne seine beiden Seiten, in der Stirn und dem Rücken Aller seine Stirn- und Rückenseite unterscheidet. Nachdem nun die Einzelnen an die Richtungen und Maße erinnert worden, welche sie bei ihrem Drehen kennen und üben gelernt, ordnet der Lehrer, daß bei gewöhnlicher Uebung des Schwenkens rechts der rechte Flügelmann, beim Schwenken links der linke Flügelmann die Axe, um welche geschwenkt wird, bilden, eine Anordnung, die im Gegensatze zu der gewöhnlichen Ausführung des Drehens Einzelner steht, indem bei letzterem beim rechts Drehen die ganze rechte Leibesseite um die linke, beim links Drehen die linke Leibesseite um die rechte Leibesseite bewegt wird, wenn auch das umgekehrte Verfahren beim Drehen des Einzelnen, auf welches wir später zurückkommen werden, darum kein ungewöhnliches genannt werden kann und soll. Die Erklärung für die bezeichnete Anordnung des Schwenkens, welche auch den Schülern gegeben wird, liegt darin, daß bei diesem Schwenken alle Einzelnen der Reihe sich im Vorwärtsgehen um den die Axe bildenden Flügelmann, in kreisförmigen kleineren oder größeren Linien, welche untereinander gleichlaufen, bewegen. Dann läßt der Lehrer die Reihen das Schwenken rechts und links zuerst bis zu dem Maße einer ganzen Schwenkung an Ort darstellen

im Taktgehen der Schwenkenden, mit der Aufforderung, daß beim Schwenken rechts der rechte, beim Schwenken links der linke Flügelmann, bei festem Einhalten seines Stellungsortes an Ort gehe, während die Andern ihn vorwärts gehend umkreisen. Alsbald werden auch die Maße einer halben, viertel und drei viertel Schwenkung in Unterscheidung gebracht und festgesetzt, daß beim bloßen Befehl „Schwenkt" stets das Maß einer viertel Schwenkung zu begreifen sei und andere Maße der Schwenkung immer besonders verkündigt werden sollen. Eine letzte Anordnung für die Uebung ist noch die Bestimmung der Schrittzahl, mit welcher das Schwenken zu verschiedenen Maßen erfolgen solle und es wird bestimmt, daß stets an der Zahl der zu einer Reihe Gereihten die Schrittzahl zu erkennen sei und daß eine jede viertel Schwenkung mit so viel Schritten ausgeführt wird, als Einzelne gereiht sind, so daß z. B. die Viererreihe mit vier Schritten die viertel Schwenkung zurücklegt, mit acht, zwölf, sechszehn Schritten die halbe, dreiviertel und ganze Schwenkung. Der Lehrer macht hierbei zugleich die Schüler aufmerksam, wie die je von der Axe Entfernteren größere Schritte, die derselben näher Gestellten kleinere Schritte zu machen haben, wenn auch bei gleicher Schrittdauer der Schritte Aller, welche die Schwenkung ausführen. Das Schwenken wird dann ebenso bei Dreierreihen und Zweierreihen angeordnet und geübt, dann auch bei Sechser-, Neuner- und Zwölferreihen und endlich, wenn es der Raum zuläßt, selber bei Achtzehnerreihen und der ungetheilten Reihe von Sechsunddreißig. Wenn anfangs die Uebenden sich bald Arm in Arm, oder Hand in Hand fassen, oder die Ordnung durch Armverschränkung vor dem Leibe und in der Verschränkung, bei welcher Alle die Oberarme der Nebenleute fassen, befestigen, so können Geübtere dann auch ohne diese Bindemittel der Ordnung das Schwenken üben. Eine weitere Entwickelung der Uebung ist die, wobei das Schwenken mit Taktlaufen, mit Nachstellgang und mit Galopphüpfen, mit Kibitzgang, Kibitzhüpfen,

Hopsergang und mit Schottischhüpfen ausgeführt wird, die Zahl der Schritte eine freigegebene oder genau bestimmte ist und meist mit der beim Gehen erforderlichen Schrittzahl zum Schwenken gleich angenommen werden kann; wir erinnern nur in Betreff der Schrittweisen, welche selber aus mehreren Schritten zusammengesetzt sind, an die Möglichkeit der Ausführung verhältnißmäßig kleinerer und größerer Schritte z. B. je bei einem Kibitzschritt links und einem solchen rechts.

Der Lehrer wird, sobald das Schwenken der Reihen von verschiedener Zahl der Gereihten um die Flügel in der Bewegungsrichtung vorwärts im Kreise geübt ist, gelegentlich auch, namentlich bei kleineren Reihen von Zweien oder Vieren, das Schwenken um den Flügel darstellend üben lassen, wobei die dem Flügelmanne, welcher die Schwenkungsaxe bildet, Angereihten sich rückwärts fortbewegen, so daß z. B. beim Schwenken rechts einer Viererreihe um den linken Flügelmann geschwenkt wird. Die Uebung fällt den Schülern nicht schwer und wird zuerst im Gehen und dann auch in den Bewegungsarten, die wir oben bezeichnet haben, dargestellt. Die gemessene Bewegung der rückwärts in Kreisen Ziehenden hilft auch hierbei geordnete Leistungen erzielen, um so sicherer, als beim Schwenken in dieser Weise insgemein eine Armverkettung der Uebenden geboten wird.

Sobald in beiden beschriebenen Darstellungsweisen das Schwenken geübt worden, wird im Gegensatz zu dem bisher geordneten Schwenken um den Flügel der Reihe auch das Schwenken um die Mitte der Reihe, bei Reihen von Zweien, Dreien, Vieren und Achten vorgenommen. Dieses Schwenken ist eine Uebung, welche aus den genannten beiden Darstellungsweisen des Flügelschwenkens zusammengesetzt ist. Während sich nämlich z. B. beim Schwenken rechts die eine rechte Reihenhälfte, rückwärts um die Mitte in Kreislinien fortbewegt, bewegt sich die linke Reihenhälfte gleichmäßig vorwärts um die Mitte in Kreislinien, so, daß wenn wir etwa bei einer Fünferreihe den Mittleren, als gemeinschaft-

lichen Flügelmann beider Reihenhälften und zugleich auch als den betrachten wollen, um welchen beide Reihenhälften in entgegengesetzter Fortbewegungsrichtung schwenken, die rechte Reihenhälfte um den linken Flügel schwenken würde, während die linke Reihenhälfte um den rechten Flügel schwenkt. Die Schüler begreifen aber dieses Schwenken sehr leicht und werden zudem noch aufmerksam gemacht, wie dieses Schwenken um die Mitte nur halb so viel Zeit und Schritte erfordert, als das Flügelschwenken, weil eben die Schwenkungsaxe die Reihe in zwei Hälften theilt. Wenn diese Schwenkübungen an Ort gemacht worden sind, so läßt der Lehrer den Reihenkörper von gereihten kleineren oder größeren Reihen, welche in Stirn der Tiefe nach gestellt sind, sich vorwärts in gerader Linie in Bewegung setzen, und gebietet, so oft er in eine andere Ganglinie, welche einen rechten Winkel mit der zuerst eingenommenen der Reihen bildet, er das Einschwenken rechts oder links beabsichtigt: Acht! Erste Reihe rechts (links) Schwenken! — Marsch!, worauf mit Schwenken um den rechten (oder linken) Flügelmann der Richtungswechsel in die veränderte Ganglinie erfolgt. Die nachziehenden andern Reihen, welche einen kleineren und größeren Reihenabstand haben können, werden aufgefordert, an gleicher Stelle der allen gemeinsamen Ganglinie das Schwenken auszuführen, überhaupt die feste Ordnung der besondern und allgemeinen Gliederung einzuhalten. Der Lehrer muß dabei aufmerksam machen, wie bei eintretendem Schwenken eine jede Reihe, während des Schwenkens sich nur an Ort drehend bewegt, aber nicht fortbewegt und daß diese Bewegung an Ort so viele Schrittzeiten andauert, als die Schwenkung Schritte erfordert. Es muß dieß hervorgehoben werden, im Gegensatze zu den Einschwenkungen der Reihen während der Fortbewegung in verschieden gerichteter Ganglinie, bei welchen die gemeinsame Ganglinie selber bei jedem Richtungswechsel als eine gebogene angesehen wird, in welcher die Einschwenkenden sich von Ort bewegen und im Kreisgehen ununterbrochen

fortziehen, so daß selber die Axe der schwenkenden Reihe keine in der Reihe liegende ist, sondern außerhalb derselben in einem Punkte des Raumes liegt, welchen nun selber der der Axe zunächst gehende Flügelmann umkreist, wenn auch beim Durchgehen des kleinsten Bogens. Es ist auch hier zu bemerken, daß dieses Schwenken von Ort, welches demnach hier einem Kreisgehen der Reihe im Stirnmarsch, in kleinerem oder größerem Kreisbogen, um eine näher oder ferner, außerhalb der Reihe liegende Axe entspricht, nicht so viel Zeit erfordert, als das Schwenken an Ort um den Flügel, wenn auch auf der andern Seite wegen der oft unsicheren Erkennung der Lage der Schwenkungsaxe, die gemessene Ausführung des Fortschwenkens schwieriger ist, als das Schwenken um die sichere Axe des an Ort feststehenden Flügelmannes. Beide Arten des Schwenkens werden zur Unterscheidung im Wechsel dargestellt und es gilt die Regel, daß alle der ersten Reihe nachziehenden Reihen, wie bei dem zuerst genannten Einschwenken in rechtwinklicht zusammengesetzte Ganglinien, so auch beim Fortschwenken sich nach der vorausziehenden Reihe ordnen, eine Uebung, welche schon das allgemein verbreitete und bereits entwickelte Ordnungsgefühl der Schüler leicht befolgt. Wir erinnern nur an an das Gegenziehen mit Schlängeln und zur Kette, welches unsere Schüler schon gelernt haben und nun auch mit genauerem Verständnisse der Ordnungsverhältnisse bestimmter ausführen und im Fortschwenken der Reihen wiederholen können, bei Hinweisung des Lehrers auf diese Regel.

Eine noch weitere Fortentwickelung der Uebungen des Schwenkens ist die, wobei das Flügelschwenken oder das Schwenken um die Mitte an Ort, mehreremal in gleicher Richtung zur zwei-, drei- und mehrmaligen Umschwenkung als „Schwenkmühle", oder zum „Gegenschwenken" geordnet wird, wobei je nach erfolgtem Schwenken in einer Richtung, ohne Unterbrechung das Schwenken in entgegengesetzter Richtung erfolgt, die Maße einer jeden Schwenkung kleinere oder

größere, gleiche oder ungleiche sein können, die aufeinanderfolgenden Bewegungen der gegenschwenkenden Reihe der Zahl nach bestimmt werden, wie die Umschwenkung bei der Schwenkmühle. An diese Uebungen schließt sich die Darstellung der Schwenkmühle von Ort, in der Fortbewegung durch die allgemeine gerade oder kreisförmige Bewegungslinie, wobei im fortgesetzten Umschwenken die Reihe fortwalzt im Walzschwenken, die Schwenkungsaxe in der Reihenmitte, oder in den Flügel gesetzt werden kann, wenn die Walzschwenkenden in einer geraden Linie fortziehen und die Axe außerhalb der Reihe liegend gedacht wird, wenn die Walzschwenkenden in kreisförmigen Linien sich fortbewegen. Auch das Gegenschwenken wird von Ort, während der Fortbewegung der Reihe und zwar so geübt, daß z. B. beim Fortschwenken in einer geraden Linie je eine halbe Schwenkung rechts im Wechsel mit einer halben Schwenkung links geordnet wird, wobei die Axe je in rechtem und linkem Flügelmanne liegt, die Reihe je mit einer Schwenkung um eine Reihenlänge in der Bewegungslinie fortrückt. Die Fortbewegung mit Gegenschwenken kann auch beim Flügelschwenken so geordnet werden, daß die aufeinanderfolgenden Maße des rechts und links Schwenkens, nur eine Achtelschwenkung betragen, der Wechsel der Gegenbewegung schneller erfolgt, namentlich aber dann, wenn bei der Voraussetzung, daß die Axe seitlings von den Flügelmännern außerhalb der Reihe liege, die Flügelmänner sich selber in kleinen Kreislinien fortbewegen. Es liegt nahe, daß wenn diese zuletzt genannten Schwenkübungen, welche noch mannigfaltigere Fälle zulassen, auch von größeren Reihen, um die Ordnungsgeschicklichkeit zu bilden, vorgenommen werden können, ihre Anordnung doch zumeist nur bei kleineren Reihen von Zweien, Dreien, Vieren, Fünfen, Sechsen oder Achten in Anwendung gebracht wird und auch hier meist in Verbindung mit einer Hüpfart und stets bei befestigter Ordnung durch Armverknüpfung der Gereihten in verschiedener Weise. Die letzte der beiden genannten Arten, die Fort-

bewegung mit Gegenschwenken, wird wie in geraden, so auch in kreisförmigen Linien geübt. Wir werden darauf zurückkommen.

Wie bisher das Schwenken von einzelnen Reihen des Reihenkörpers Aller, so kann nun auch das Schwenken des geeinten Reihenkörpers zur Uebung gemacht werden. Die drei Reihen werden der Tiefe nach in Stirn gestellt und es wird z. B. geordnet, es solle rechts geschwenkt werden, wobei der rechte Flügelmann der vordern dritten Reihe als die Schwenkungsaxe bezeichnet und ferner geordnet wird, daß beim Kreisgehen aller Gereihten je die Rotten ihre feste Ordnung bewahren, die Hinterleute sich je nach den gleichzähligen Vorderleuten zu richten haben, während die dritte vordere Reihe eine viertel Schwenkung in fester Ordnung ihrer Gliederung ausführt. Zur Befestigung der festen Ordnung Aller können die Gereihten der dritten Reihe sich Arm in Arm fassen, während die Hinterleute der in Flanke stehenden einzelnen Rotten die gestreckten Arme auf die Schultern der Vorderleute legen und damit ihre Rottenordnung auch befestigen. Nachdem die Zahl der Schritte für die beabsichtigte Schwenkung, in diesem Falle zwölf Schritte, voraus bestimmt worden, wird geboten: Acht! Rechtsschwenken im Taktgehen, links antreten! — Marsch!, wobei der Lehrer die Schritte zählt und überhaupt die Ordnungsübung in jeder Weise leiten wird. Mit dem eilften Schritte wird „Halt!" gerufen und die Uebung ist bewerkstelligt und es werden dann auch ohne das Hülfsmittel des Arm- und Händefassens bald größere, bald kleinere Maße der Schwenkung rechts oder links geübt. Jetzt kann auch der Lehrer, wenn er nicht schon bei dem Schwenken einzelner Reihen den Anlaß benutzt hat, die Schüler mit der Regel bekannt machen, daß beim Schwenken einer Reihe die Ordnung geschlossener Stellung der Gereihten am sichersten bewahrt werde, wenn stets die Fühlung nach dem Flügel hin von allen Nebenleuten genommen und bewahrt wird, in welchem die Schwenkungsaxe selber liegt, oder wenn die Axe seitlings außerhalb der Reihe gesetzt ist,

nach dem Flügelmanne, der ihr zunächst schwenkt. Die gleiche Regel gilt dann auch beim Schwenken der Reihe um die Mitte, indem dabei die rechte Reihenhälfte links hin, die linke Reihenhälfte rechts hin Fühlung nimmt. Ferner wird in Absicht auf das Bewahren der Richtung der schwenkenden Reihe die Regel gegeben, daß bei bloßem Kopfdrehen, das Suchen und Messen der Richtung vor sich gehe und es ordnet der Lehrer, der gleichmäßigen Ausführung wegen, es solle je der Blick bei drehendem Kopfe nach der Seite der Reihe hin Richtung suchen, welche beim Schwenken am weitesten von der Axe abliegt und welche die größeren Kreislinien zu durchgehen hat, wenn auch bei den zusammengesetzteren Schwenkungen der Reihen, wie wir dieselben z. B. beim Gegenschwenken geordnet haben, diese Regeln nicht allzu buchstäblich befolgt zu werden brauchen. Mit Rücksicht auf die Ordnungsthätigkeiten des Fühlung- und Richtunghaltens beim Schwenken des Reihenkörpers, der Reihen und Rotten wiederhole nun der Lehrer, wie dabei die vordere dritte Reihe allein an die bezeichneten Regeln gebunden sei, wie nunmehr hier die Rotten des zweiten und ersten Gliedes sich als solche hauptsächlich zu richten haben bei Einhaltung des kleinen Abstandes der Einzelnen Gerotteten und der Lehrer kann nun selber das Schwenken in Flanke gestellter kleinerer oder größerer Reihen oder Rotten rechts oder links um die Axe des Vordermannes üben lassen, damit diese Ordnungsübung, welche mit dem Schwenken der Rotten des dreigliedrigen Reihenkörpers, bereits die erste Anwendung gefunden hat, nun besonders hervortrete. Es genügt dann bei den Uebungen des Schwenkens aller im Reihenkörper geschlossenen Rotten diesen nur anzudeuten, wie die Gangrichtung der von der Schwenkungsaxe näher oder ferner gestellten Rotten eine verschiedene sei; der Lehrer selber aber soll sich darüber genauere Rechenschaft geben können.

Wenn unsere Schüler in verschiedenen Schwenkübungen unterrichtet sind, so werden die neun Viererreihen der in

Stirn aufgestellten einen Reihe Aller zu Gliedern des ganzen Reihenkörpers abgetheilt und dann wird geboten, es solle eine Reihe nach der andern, oder es sollen alle zugleich rechts schwenken und Halt machen. Der Lehrer bemerkt nun den Schülern, daß diese Aufstellungsordnung der Reihen im Reihenkörper die Aufstellung in Säule genannt werde, während die erste Aufstellungsordnung, aus welcher geschwenkt wurde, die Aufstellung in Linie bilde. Dabei kann er erläutern, wie die bildliche Bezeichnung der Aufstellung in Linie ihren Grund habe in der dünnen Gestalt des Reihenkörpers, dessen größere und kleinere Glieder, Reihen und Einzelne dabei in nur einer Linie gestellt seien, während bei der Aufstellung in Säule die säulenschaftartige dickere Gestalt des Reihenkörpers, dessen größere Glieder die Reihen, außer ihrer gemeinsamen Aufstellungslinie, noch besondere untereinander gleichlaufende Aufstellungslinien, welche die gemeinsame aller rechtwinklicht durchschneiden haben, und ferner auch die einzelnen Rotten eine jede eine andere Stellungslinie hat, welche entweder die ursprüngliche und gemeinsame aller Reihen selber ist, oder eine solche, die mit derselben gleichlauft, so daß sich die Aufstellungslinie der Reihen und die der Rotten rechtwinklicht durchkreuzen. Der Lehrer kann nun etwa folgende Umsetzungen des Reihenkörpers aus der Linienstellung seiner Reihen, welche bald kleinere, bald größere sein können, üben lassen, indem er befiehlt: Acht! Rechts Schwenken zur Säule! — Schwenkt! (oder Marsch! Lauft! Hüpft! wenn die Bewegungsart hervorgehoben werden soll); dann: Links Schwenken zur Linie! — Schwenkt!. Wenn die Veränderungen durch Viertelschwenkungen geübt sind, so können etwa folgende Umsetzungen des Reihenkörpers geboten werden: Acht! Mit halber Schwenkung rechts zur Linie! — Schwenkt!, wobei aus der Linie zur Linie geschwenkt wird, die Stirn des Reihenkörpers und mit dieser die Nebenreihung der Reihen, im Gegensatz zu der ursprünglichen Anreihung der Reihen an Reihen links nun rechts geordnet ist, in gleicher

Weise, wie bei der Umsetzung der in Stirn gestellten Reihe Einzelner durch die halbe Umdrehung beim Kehrtmachen, deren Stirn und Anreihungsordnung verändert wird. Soll nun die ursprüngliche Anreihung in Linie wiederhergestellt werden, so wird wieder geboten: Mit halber Schwenkung rechts zur Linie! — Schwenkt!, worauf die ursprüngliche Aufstellung in Linie wiederhergestellt ist, oder: Mit halber Schwenkung links zur Linie! — Schwenkt!, wobei hingegen durch das abwechselnde Schwenken um rechten und linken Flügel, jede Reihe und somit der ganze Reihenkörper den zuerst eingenommenen Stellungsort in der Linie, wenn auch innerhalb der Verlängerung der ersten Aufstellungslinie, verläßt. In gleicher Weise kann auch, wenn die Reihen in Säule gestellt sind, geboten werden: Acht! Mit halber Schwenkung rechts zur Säule! — Schwenkt!, wobei die in Säule gestellten Reihen gleichfalls in veränderter Reihung stehen, die ursprünglich hintere Reihe vordere Reihe, die ursprünglich vordere Reihe hintere Reihe des Reihenkörpers wird, so daß die Stirn des Reihenkörpers, welche ursprünglich von der ersten Reihe gebildet und zugleich die Stirn des ganzen Reihenkörpers ausmachte, nun von der letzten Reihe gebildet wird. Zur Herstellung der ursprünglichen Stellung in Säule kann nun wieder geboten werden: Mit halber Schwenkung rechts zur Säule! — Schwenkt! oder: Mit halber Schwenkung links zur Säule!, wobei, wenn auch bei verlassenem Stellungsorte die ursprüngliche Aufstellung in Säule wiederhergestellt ist. Ferner kann auch geboten werden: Acht! Mit ganzer Schwenkung rechts, aus der Linie zu der Linie! — Schwenkt!, oder: Mit ganzer Schwenkung links, aus der Säule zur Säule! — Schwenkt! und endlich auch etwa: Acht! Mit dreiviertel Schwenkung rechts, aus der Linie zur Säule! — Schwenkt! und hierauf etwa: Mit dreiviertel Schwenkung links, aus der Säule zur Linie. Es können selber noch größere Schwenkungen zu Umsetzung der Linie in Säule und umgekehrt aus dieser Stellungsordnung in jene

dargestellt werden und alle die bezeichneten Uebungsfälle des Schwenkens können bei diesen Veränderungen zur Säule und Linie so geordnet werden, daß die Reihen um die Mitte schwenken, oder daß bald die eine Schwenkung mit Flügelschwenkung, bald die andere mit Schwenken um die Mitte geordnet wird. Es genügt die Andeutung, daß bei den bezeichneten Umgestaltungen des Reihenkörpers durch Schwenken der Reihen, auch die Schwenkungen bestimmt und geübt werden können, bei welchen die Fortbewegungen der Einzelnen rückwärts erfolgt, wodurch eine noch größere Vervielfältigung der Darstellungsarten möglich wird. Das Umsetzen in Säule und Linie mit Schwenken wird zuerst an Ort und dann auch während der Fortbewegung des ganzen Reihenkörpers geübt, jedoch nur so, daß bei jeder Schwenkung die Fortbewegung, so lange Zeit unterbrochen wird, als das Schwenken an Ort erfordert.

Wenn wir in der ersten Stufe das Drehen der Einzelnen in der Reihe stets so darstellen ließen, daß beim rechts Drehen immer auf linkem Beine, beim links Drehen auf rechtem Beine gedreht wurde, so wollen wir für die nicht näher bestimmte Ausführungsweise dieses Verfahren immerhin einhalten, doch kann jetzt der Lehrer auch die Art zu Drehen bei den Einzelnen üben lassen, wobei stets das rechts Drehen auf rechtem Beine, das links Drehen auf linkem Beine ausgeführt wird, eine Anordnung, welche stets näher vorausbestimmt werden muß und oft bei allen vorkommenden Drehungen Einzelner während einer bestimmten Uebungszeit gelten kann, denn es entspricht dieses Drehen Einzelner dem gewöhnlichen Schwenken der Reihen, welche beim rechts und links Schwenken auch um die feste Axe ihrer entsprechenden Flügelseite drehen und gilt überdieß bei der Kriegsordnung mancher Heere beim Kehrtmachen als gewöhnliches Verfahren.

Noch mannigfacher werden die Umsetzungen des Reihenkörpers, wenn neben dem Schwenken der Reihen selber die einzelnen Reihen durch Drehen der einzelnen Gereihten um-

gesetzt werden. Wir geben hier beispielsweise nun eine Reihe von Uebungen in Befehlen. Es stehen etwa die neun Viererreihen in Linie und es wird geboten: Acht! Rechts schwenkt zur Säule! — Schwenkt!; Vorwärts! — Marsch!; Rechts um! — Kehrt!, wobei die Einzelnen in der Reihe rechts gereiht und alle Reihen in entgegengesetzter Richtung weiter ziehen. Mit halber Schwenkung links aus der Säule zur Säule! — Schwenkt! und nach erfolgter Schwenkung wiederum: Vorwärts! — Marsch!; Rechts schwenkt zur Linie! — Schwenkt! und endlich nach erfolgter Schwenkung: Links um Kehren auf linkem Beine! — Kehrt! — Halt!, welches unmittelbar nach der Ausführung des Kehrtmachens gerufen wird. In ähnlicher Weise kann nun der Lehrer etwa auch folgende Befehle ausführen lassen: Acht! Links Schwenken zur Säule und dann an Ort gehen! — Schwenkt!; Rechts! — Um!, worauf alle Reihen in Flanke umgesetzt sind; Im Flankenmarsch der Reihen vorwärts! — Marsch!, wobei der in Säule gestellte Reihenkörper sich im Verhältniß zu seiner Gestalt seitwärts fortbewegt; dann kann folgen: Links! — Um! und die in Stirn geordneten Reihen ziehen im Verhältniß zur ursprünglichen Säulenstellung des Reihenkörpers, so, daß die letzte Reihe vorauszieht, gleichsam rückwärts gerichtet; Rechtsum! — Kehrt!; Rechts schwenkt in Linie! — Schwenkt!; Im Stirnmarsch der ganzen Linie vorwärts! — Marsch!; Rechts um! — Kehrt! — Halt!, worauf die Aufstellung in Linie von der ausgegangen war, wiederhergestellt ist. Wir überlassen dem Lehrer nun selber diese Ordnungsübungen weiter fortzuentwickeln, indem er diese Umsetzungen des Reihenkörpers in seinen größeren und kleineren Gliederungen bald von einem aus vielen kleineren, oder nur aus einigen größeren Reihen zusammengesetzten Reihenkörper darstellen läßt.

Eine weitere Entwickelung erhalten diese Ordnungsübungen, wenn der Gemeinkörper Aller selber aus größeren oder kleineren Reihenkörpern, welche aus zwei oder drei Reihen gegliedert, zusammengesetzt ist. So kann der Lehrer die in

einer Linie gestellte ungetheilte Reihe in sechs Sechserreihen theilen und je die zweite, vierte und sechste Sechserreihe vor der ersten, dritten und fünften Sechserreihe in Schlußstand der Reihen als zweites vorderes Glied der drei zweigliedrigen Reihenkörper aufstellen und hierauf den fest geordneten Reihenkörpern gebieten: Acht! Rechts schwenken (aus der Linie) zur Säule! — Schwenkt!; Links schwenken zur Linie! — Schwenkt!; mit halber Schwenkung rechts, aus der Linie zur Linie! — Schwenkt!; mit halber Schwenkung links, aus der Linie zur Linie! — Schwenkt!; mit halber Schwenkung links, aus der Säule zur Säule! — Schwenkt! und ferner, (bei hinzukommendem Umsetzen der Einzelnen in den Reihen:) Rechts um! — Kehrt!; Vorwärts! — Marsch!; Links um! — Kehrt!; Rechts! — Um!; Rechts um! — Kehrt!; Rechts! — Um!; Links schwenkt in Linie! — Marsch! — Halt!. Der Lehrer hat dabei aufmerksam zu machen, daß die Abstände der Reihenkörper von Reihenkörpern, welche anfangs zu einer Breite derselben geordnet werden, nun auch wegfallen können, so, daß die drei Reihenkörper in geschlossener Stellung in Stirn, bei Veränderungen mit Schwenken aus der Linie zur Säule keinen größeren Abstand erhalten, als der ist, welcher aus der geschlossenen Stellung in Linie hergeleitet wird, so daß bei Rückveränderungen aus der Säule in Linie, die einzelnen Reihenkörper im Schlußstande stehen. Beim Fortziehen in Säule gelten, sobald durch Einschwenken in eine veränderte Bewegungslinie aufeinanderfolgend die einzelnen nachziehenden Reihenkörper in dieselbe einbiegen, die gleichen Regeln, welche wir oben beim Einschwenken der in Säule ziehenden einzelnen Reihen gegeben haben.

Der Lehrer kann nun das Aufreihen der Einzelnen einer Reihe, welches in den Uebungen der ersten Stufe bereits eine vielfältige Anwendung gefunden, etwa zu folgenden Darstellungen, von welchen wir hier beispielsweise nur einige näher bezeichnen wollen, fortentwickeln. Die eine Reihe Aller

wird in Flanke gestellt, dann wird geboten: Vorwärts im Taktgehen! — Marsch!; die Einzelnen ziehen der Reihe nach, links (oder rechts) vor ihre Vorderleute! — Marsch!; worauf der Zweite, Dritte und alle Nachgereihten vorziehen in der Weise, daß der Zweite vor den Ersten, der Dritte vor den Zweiten und sofort alle einzelnen Hinterleute stets vor ihre einzelnen Vorderleute ziehen, bis der Letzte der Vordermann der Reihe ist. Dabei ordnet nun der Lehrer bestimmt, daß je die im Vorziehen Begriffenen, bei gleichem Taktgang mit ganzen Schritten schreiten sollen, während die nacheinander sich bereits vorgereiht habenden, nur mit halben Schritten fortziehen. Die Uebung wird auch nur als Vorziehen der Hinterleute vor die Vorderleute zur Aufstellung gemacht, wobei die Vorgezogenen und Aufgestellten an Ort im Takte gehen, oder auch nur in Stellung verharren. Soll nun die Flankreihe, bei welcher jetzt der Letzte Vordermann, der Erste Hintermann ist, wieder in die ursprüngliche Ordnung rückverändert werden, so ist die einfachste Umsetzung die, wobei allen Einzelnen das Rechts um! — Kehrt! geboten wird. Will dagegen der Lehrer auf umgekehrte Weise die Rückveränderung vornehmen, so wird geboten: Acht! Die Einzelnen ziehen der Reihe nach in absteigender Zahl ihrer Reihung links (oder rechts) vor die Vorderleute! — Marsch!, worauf der Zweitletzte vor den Letzten, der Drittletzte vor den Zweitletzten und so nach einander Alle vor ihre Vorderleute ziehen, bis der ursprünglich Erste wieder Vordermann der Reihe ist. Diese Umsetzungsweise kann, abgesehen von der eigenthümlichen Ordnungsübung, namentlich dann angewandt werden, wenn in Aufstellung oder Fortbewegung der Reihe, bald der rechte, oder linke in Flanke geordnete Flügel vorgestellt werden soll, mit Beziehung auf die gleiche Richtung der Aufstellungs- oder Bewegungslinie der Reihe. Im Anschluß an dieses Vorziehen vor die Vorderleute zur Ordnung in Flanke, kann auch das Vorziehen und rechts oder links Anreihen zur Stirnstellung des zuerst links um

oder rechts um in Stirn gestellten Vordermannes geübt werden, wenn die Reihe in die Flanke rechts gestellt war, war hingegen die Reihe in die linke Flanke gestellt, so daß der Letzte der Reihe Vordermann ist, so wird, wenn der Vordermann rechts um in Stirn tritt, das Vorziehen der Hinterleute mit links anreihen in Stirn dargestellt, tritt dagegen der Vordermann links um in Stirn, so reihen sich die Vorziehenden rechts an. In beiden Darstellungsweisen können die zum Anreihen Vorziehenden hinter dem zuerst in Stirn gestellten Vordermann vorüberziehen, welches die gewöhnliche Darstellungsweise ist, oder es ziehen dieselben vor demselben vorüber zum Anreihen. Bei all den beschriebenen Arten des Aufreihens, welche der Lehrer noch vervielfältigen kann, kann geordnet werden, daß je die Vorziehenden Taktlaufen und dann nach Anreihung wieder Taktgehen und zwar so, daß Taktgehen und Taktlaufen in gleichem Zeitmaße, wenn auch bei verschiedener Geschwindigkeit beider Bewegungen ausgeführt werden.

Eine andere Art des Aufreihens, bei welcher im Vorziehen die Reihungsordnung der Einzelnen stets wieder erneut wird, ist die, wobei, wenn z. B. die Reihe in die rechte Flanke gestellt ist, der Letzte längs der Reihe links (oder rechts) vor den Ersten zieht und somit die Uebung beginnt, der Zweitletzte vor den Letzten und so fort Alle nacheinander in abnehmender Reihungszahl vor die Vorderleute ziehen, bis zuletzt der Erste wieder vor den Zweiten gezogen und die ursprüngliche Reihungsordnung wiederhergestellt ist. Dieses Aufreihen, wobei die Reihe in eigenthümlicher Weise einen Umzug darstellt, kann aus einer Stellung zu einer solchen und ebenso während der Fortbewegung, welche nicht unterbrochen wird, dargestellt werden. Auch hierbei kann zugleich die Flankordnung zur Stirnordnung der Reihe umgesetzt werden, wenn die Vorziehenden, namentlich beim Vorziehen rechts längs der Reihe sich in Stirn stellen und sich rechts von dem Letzten, der links um in Stirn getreten ist, anreihen, ist hingegen der Letzte links vor der Reihe vor-

gezogen und rechts um in Stirn getreten, so reihen sich die Einzelnen nach dem Vorziehen links an. Wir brauchen nur anzudeuten, wie groß die Wechselfälle bei diesen Aufreihungsübungen geordnet werden können, wenn durch Drehungen der Einzelnen die Reihen selber bald in die eine, bald in die andere Ordnung der Stellung verwandelt werden, und wenn je nach einem solchen Umsetzen wieder eine Aufreihungsübung eintritt.

Haben die Schüler das Aufreihen der Einzelnen durch Vorziehen der Hinterleute vor die Vorderleute in ungetheilter Reihe in den verschiedenen Darstellungsweisen geübt, so kann der Lehrer die eine Reihe in zwei, drei, vier, sechs, neun Reihen, welche hintereinander in Flanke gestellt sind, theilen und nun während der Aufstellung oder während der Fortbewegung aller Reihen diese, eine jede Reihe für sich, in aufeinanderfolgenden Zeiten oder gleichzeitig diese Aufreihungsübungen ausführen lassen und dann auch im Wechsel mit dem Vorziehen der Einzelnen in Reihen, das Vorziehen der (in Flanke oder Stirn (Säule) geordneten) Reihen vor Reihen im Reihenkörper darstellen lassen, wobei diese größeren Glieder ihre Reihungsordnung im Reihenkörper in gleicher Art umsetzen, wie die Einzelnen ihre Ordnung in der Reihe.

Im Anschluß an dieses eigenthümliche Vorziehen und Aufreihen wird dann auch wieder der gewöhnliche Gegenzug und Umzug der Reihen geboten, so daß die Uebenden die mannigfaltigsten Veränderungen des Reihenkörpers in seinen größeren oder kleineren Gliedern unterscheiden und darstellen lernen. Wir geben hier beispielsweise nur eine Zusammenstellung von Befehlen, welche aufeinanderfolgend gegeben, die große Mannigfaltigkeit der Uebungswechsel anschaulich machen sollen.

Die eine Reihe wird in Flanke gestellt, in sechs Sechserreihen getheilt und etwa zu folgenden Uebungen aufgefordert: Acht! Die Einzelnen der einen Reihe ziehen links vor den Ersten! — Vor!; die Einzelnen ziehen rechts vor den Letzten! — Vor!; die Einzelnen einer jeden der sechs Reihen

ziehen links vor die Ersten jeder Reihe! — Vor!; die Einzelnen der sechs Reihen ziehen rechts vor die Letzten jeder Reihe! — Vor!. Wenn diese Aufreihungsübungen aus der Aufstellung zu der Aufstellung geübt sind, kann geboten werden: Acht! Mit halben Schritten Vorwärts! — Marsch!; die Einzelnen der einen Reihe ziehen mit ganzen Schritten links vor den Ersten und gehen, wenn sie vorgezogen sind, wieder mit halben Schritten! — Vor!; die Einzelnen ziehen mit Taktlauf rechts vor den Letzten und wechseln, wenn sie vorgezogen sind, zum Taktgehen! — Vor! Rechts um! — Kehrt!; die Einzelnen der sechs Reihen ziehen mit ganzen Schritten links vor die Letzten jeder Reihe! Sechste Reihe! — Vor!; und wenn diese das Vorziehen bewerkstelligt hat: Fünfte Reihe! Vor! und sofort in aufeinanderfolgenden Zeiten die vierte, dritte, zweite und erste Reihe. Hierauf wird wieder geboten: Links um! — Kehrt!; die Einzelnen der sechs Reihen ziehen im Taktlauf rechts vor die Letzten jeder Reihe und gehen dann im Taktgang! — Vor!, worauf gleichzeitig das Vorziehen von den sechs Reihen ausgeführt wird, die ursprüngliche Flankenordnung der einen Reihe wiederhergestellt ist und Acht! Halt! geboten werden kann.

Dann kann folgende Uebung des Aufreihens zur Aufstellung geboten werden: Acht! Der Erste! Rechts! — Um! Alle Einzelne ziehen vorwärts zum Anreihen links an den Führer in Stirnstellung! — Marsch!; Links! — Um!; Vorwärts im gewöhnlichen Umzug! — Marsch!. Wenn nun der Letzte der Reihe voranzieht, kann geboten werden: Die Einzelnen ziehen vorwärts und reihen sich zur Aufstellung in Stirn rechts von dem Letzten, der sich mit links um aufstellt! — Marsch!. Dann kann wiederum der Befehl folgen: Rechts! — Um!; im gewöhnlichen Umzug vorwärts! — Marsch!; die Einzelnen einer jeden der sechs Reihen ziehen vorwärts und reihen sich in Stirn links an die Ersten jeder Reihe! — Marsch! und hierauf: Links! — Um!; die Einzelnen der sechs Reihen ziehen vorwärts und reihen sich rechts an die Letzten jeder Reihe

in Stirn! — Marsch!, worauf: Rechts! — Um! geboten werden kann und die eine Reihe wie beim Beginn der Uebungen in Flanke gestellt ist.

Eine weitere Entwickelung dieser Uebungen ist etwa folgende: Acht! Die Einzelnen der sechs Reihen reihen sich links von den Ersten jeder Reihe in Stirn an! — Marsch! und wenn nun die sechs Reihen in Säule gestellt sind, wird geboten: Die einzelnen Reihen ziehen (im Stirnmarsch) links vor die erste Reihe, im Abstand einer Reihenbreite von sechs Schritten! — Vor!; die einzelnen Reihen ziehen rechts vor die letzte Reihe! — Vor!, worauf die erste Reihe wieder vordere Reihe wird. Auch hierbei schreiten die vorziehenden Reihen mit ganzen, die andern Reihen mit halben Schritten. Nun kann, während die sechs Reihen in Säule fortziehen, geboten werden: Acht! Die erste Reihe schwenkt rechts zur Aufstellung in Stirn, die andern Reihen ziehen links vorwärts und reihen sich (mit Einschwenken rechts) links an in Linie! Erste Reihe schwenkt! — Halt!, worauf nacheinander die übrigen Reihen in Linie einschwenken. Nun kann wieder geboten werden: Rechts schwenkt zur Säule! — Schwenkt!; Rechts! — Um!; Vorwärts! — Marsch!; jede Reihe rechts anreihen in Linie! — Marsch!, worauf die ganze Reihe in einer Linie im Stirnmarsch vorwärts geht und geboten werden kann: Links! — Um!; die Einzelnen ziehen rechts vor die Ersten der Reihen! — Vor!; die Einzelnen ziehen links vor die Letzten der Reihen! — Vor!; Acht! — Halt!, worauf die ursprüngliche Flankenreihe wiederhergestellt ist.

Wir geben nun noch einige Uebungsbeispiele, wobei der Hintermann der Flankenreihe, welches bald der Letzte, bald der ursprünglich Erste sein kann, das Vorziehen beginnt. Die eine Reihe wird wieder in die rechte Flanke gestellt und es folgt der Befehl: Acht! Der Letzte der einen Reihe zieht links vor die Reihe, die Andern vor den Letzten! — Vor! und sobald der Erste wieder Vordermann der Reihe ist, wird geboten: Rechts um! — Kehrt!; Vorwärts! — Marsch!;

der Erste zieht rechts vor den (vorausziehenden) Letzten, die Andern vor den Ersten! — Vor! und dann: Links um! — Kehrt!, worauf der Erste wieder als Vordermann der Reihe vorauszieht. Dann kann geboten werden: Die Letzten der sechs Reihen ziehen links vor ihre Ersten und die Andern vor die Letzten! — Vor!, worauf die ursprüngliche Ordnung in Flanke wieder hergestellt ist und nun auch der Befehl folgen kann: Die Einzelnen der sechs Reihen reihen sich links in Stirn an die Ersten zur Säule! — Marsch!; die letzte Reihe zieht links vor die erste Reihe, die andern Reihen vor die letzte, mit Abständen von sechs Schritten! — Vor!, worauf wieder die erste Reihe vordere Reihe ist und geboten werden kann: Mit halber Schwenkung links aus der Säule zur Säule! — Schwenkt! und dann: Vorwärts! — Marsch!; die erste (hintere) Reihe zieht rechts vor die letzte (vordere) Reihe, die anderen Reihen vor die erste Reihe! — Vor!; hierauf: Mit halber Schwenkung rechts aus der Säule zur Säule! — Schwenkt!; An Ort gehen! — Marsch!; Rechts! — Um!; die Letzten der Reihen ziehen rechts vor die Ersten der Reihen! — Vor!; und endlich: Die Ersten der Reihen links! — Um!, die Andern reihen sich in Flanke hinter die Ersten, worauf die ursprüngliche Aufstellung in Flanke wieder hergestellt ist.

Auch die Uebung, wobei durch Vorziehen längs der Reihe der Hintermann der Reihe die Bewegung beginnt und Vordermann wird, indem die Andern sich der Reihe nach hinter denselben anreihen, wird im Wechsel mit den beiden Aufreihungsarten des Vorziehens dargestellt. Es wird diese Art des Vorziehens dann angewendet, wenn das hintere Glied einer Reihe oder eines Reihenkörpers vorderes Glied werden soll, während die andern Glieder keine Rückbewegung, wie beim Gegenzug machen, sondern nur im Vorziehen ihre Reihungsordnung umsetzen. Wir geben folgendes Beispiel. Die eine Reihe steht in die rechte Flanke geordnet und es wird geboten: Acht! Der Letzte zieht links vor, die Andern reihen

sich hinter demselben! — Vor!. Wenn nun der Letzte Vordermann der sich fortbewegenden Reihe geworden, kann geboten werden: Der Erste (der Hinterste der Reihe) zieht rechts vor, die Andern reihen sich hinter demselben! — Vor!; die Letzten der sechs Reihen ziehen links vor, die Andern reihen sich hinter dieselben! — Vor!; die Ersten der Reihen ziehen rechts vor, die Andern reihen sich hinter dieselben! — Vor!; und hierauf etwa: Die sechste Reihe zieht links vor, die andern Reihen reihen sich hinter dieselbe! — Vor!; die erste Reihe zieht rechts vor, die andern Reihen reihen sich hinter dieselbe! — Vor!, worauf Halt! geboten werden kann und die ursprüngliche Aufstellung der einen Reihe in Flanke wiederhergestellt ist. Wie hier das Vorziehen von in Flanke hintereinandergestellten Reihen geordnet worden, so können in gleicher Weise auch in Säule gestellte Reihen dieses Vorziehen darstellen, was wir hier nur andeuten wollen und bemerken, daß das Vorziehen noch in verschiedener anderer Weise geordnet werden kann, wie seiner Zeit ausgeführt werden soll. Der Lehrer kann nun die hier beschriebenen Darstellungsweisen im Wechsel aufeinanderfolgend üben und unterscheiden lehren.

Wie hier das Vorziehen in entwickeltere Stufen, als wir in der ersten Stufe kennen gelernt haben, gebracht worden ist, so kann auch das Gegenziehen und Umziehen eine weitere Fortbildung etwa in folgenden Uebungen erhalten.

Die zwei Reihen von Achtzehn werden der Tiefe nach in zwei Gliedern aufgestellt und in die rechte Flanke umgesetzt. Dann wird etwa geboten: Gewöhnlicher Umzug! Vorwärts! — Marsch! und hierauf: Erste Reihe Gegenzug rechts!, zweite Reihe Gegenzug links! — Marsch!, worauf den im Abstand der Reihen von zwei Schritten offenen Rotten geboten werden kann: Schließt die Rotten nach der Mitte! — Schließt! und alsbald wieder: Offene Rotten!, worauf beide geschlossene Flankenreihen wieder den Reihenabstand von zwei Schritten herstellen, welcher gleichsam die Gasse bildet, durch

welche nun ungehindert der Gegenzug erfolgen kann. Nun wird etwa geboten: Beide Reihen Gegenzug rechts! — Marsch!, wobei die erste Reihe durch die Gasse, die zweite Reihe nur längs ihrer rechten Seite gegenzieht; hierauf: Beide Reihen Gegenzug rechts!, wobei nur die zweite Reihe durch die Gasse, die erste Reihe längs ihrer rechten Seite zieht; dann: Beide Reihen durch die Gasse mit geschlossenen Rotten, wobei die erste Reihe den Gegenzug rechts, die zweite Reihe denselben links macht, beide Reihen wieder im Schlußstand der Reihen ziehen. In ähnlicher Weise können dann auch die drei Zwölferreihen, die vier Neunerreihen der Tiefe nach gereiht, das Gegenziehen darstellen, wobei bald die Reihen im Abstande geöffnet reihenweise, oder zum Schlußstand der Reihen geschlossen, rottenweise den Gegenzug machen. Wenn z. B. die vier Neunerreihen der Tiefe nach geordnet in Flanke ziehen, kann geboten werden: Acht! Oeffnet die Reihen zum Abstand der Reihen von Reihen (von zwei Schritten), von der Mitte aus! — Marsch!, worauf die erste und zweite Reihe sich rechts, die dritte und vierte Reihe sich links hin mit Schrägschritten fortbewegen und Gassen bilden. Dann kann folgen: Gegenzug links! — Marsch!; Gegenzug rechts! — Marsch! und so im Wechsel Gegenzug links und rechts, wobei die einzelnen Reihen des offenen Reihenkörpers sich in geraden Linien, welche untereinander gleichlaufen und durch kleine Kreisbogen verbunden sind, wie beim Schlängeln fortbewegen. Wenn die Uebung mit Gegenzug rechts geendet, kann geboten werden: Erste und zweite Reihe schließt zum Schlußstand der Reihen, ebenso dritte und vierte Reihe! — Schließt!, worauf je zwei Reihen mit geschlossenen Rotten ziehen und untereinander einen Abstand der Reihenkörper von etwa zwei Schritten haben, und durch eine Gasse geschieden sind. Es wird nun für jeden der zwei Reihenkörper geboten: Mit Rotten Gegenzug links!, — Marsch!; Mit Rotten Gegenzug rechts! — Marsch!; dann etwa: Erste und zweite Reihe mit Rotten Gegenzug

rechts, dritte und vierte Reihe mit Rotten Gegenzug links! — Marsch! und hierauf, wenn der Abstand der Reihenkörper erweitert ist: Mit Gegenzug durch die Gasse! — Marsch!, worauf beide Reihenkörper, der erste den Gegenzug rechts, der zweite denselben links machen und mit Schluß der Reihen und Rotten wieder in erster Flankenordnung ziehen und sich auf das Gebot „Halt!“ wieder aufstellen.

Der Gegenzug kann auch mit Aufreihen zu einer Aufstellung schließen und etwa so geordnet werden. Die eine Reihe steht oder zieht in Flanke und es wird geboten: Acht! Gegenzug rechts, und links anreihen zur Aufstellung in Stirn! — Marsch!, worauf nach der Anordnung des Lehrers der Vordermann der Reihe rechts um, oder links um zur Stirn geboten wird, die Andern sich zur geordneten Stellung aufreihen. Die gleiche Uebung kann auch gleichzeitig von den flankziehenden Reihen eines mehrgliedrigen Reihenkörpers, welche durch die Abstände der Reihen von Reihen und längs der Reihen den Gegenzug machen, dargestellt werden und dann auch von den in Säule gestellten kleineren oder größeren Reihen, welche reihenweise zum Gegenzug schwenken und z. B. in Linie zur Aufstellung einschwenken und sich links den vorausziehenden in Linie gestellten Reihen anreihen. Wird hingegen bei Schlußstand mehrerer tiefgeordneter Reihen im Stirnmarsch der geschlossenen Rotten, mit Rotten z. B. zum Gegenzug rechts und zur Aufstellung des dreigliedrigen Reihenkörpers in Stirnstellung geboten, so hat der Lehrer, wenn z. B. die Rotten links anreihen sollen, zu ordnen, daß je nach dem Gegenzug die einzelnen Rotten rechts um machen und im Flankenmarsch zum Anreihen vorziehen.

Wir müssen hier dem Lehrer die weitere Ausführung und Fortentwickelung dieser Uebungen überlassen und geben nur noch ein Beispiel des Gegenziehens für die eine in Flanke gestellte Reihe.

Es wird geboten: Gegenzug und Schlängeln längs der Reihe! — Marsch!, worauf die Gegenziehenden dem Vor-

ausschlängelnden nachschlängeln in der gleichen Schlängellinie, welche dieser in kleineren oder größeren Windungen durchzieht.

Im Anschluß an die gegebenen Uebungsbeispiele des Gegenzuges kann nun der Lehrer selber den Umzug in entwickelteren Uebungen, als dieselben in der ersten Stufe geordnet sind, darstellen lassen und gleichfalls das Aufreihen nach einem Umzuge in verschiedener Weise anordnen, und namentlich auch das Umziehen mit Schlängeln durch eine Kreislinie üben lassen.

Mit unsern Schülern, welche nun in vielfältiger Weise sich zu gliedern gelernt haben, kann der Lehrer nun etwa folgende Uebungen vornehmen. Wir geben nur die Befehle zu einigen Uebungsbeispielen und überlassen dem Lehrer die näheren Anordnungen selber zu treffen.

Die eine Reihe steht in der rechten Flanke und ohne daß der Lehrer vorher die Gliederung bestimmt, wird geboten: Acht! Reiht Euch links in Sechserreihen zur Säule! — Marsch!; wobei stets die Bildung der Gliederungen aufeinanderfolgend in aufsteigender Zahl der Reihen entsteht, so daß sich die ersten Reihen zuerst und dann die andern gestalten, die Umsetzung bei dem ursprünglich rechten Flügel beginnt. Dann etwa: Reiht Euch in Flanke! — Marsch!; Reiht Euch in Viererreihen! — Marsch!; Reiht Euch in Zweierreihen! — Marsch!; Reiht Euch in Flanke! — Marsch!; Reiht Euch in Dreierreihen! — Marsch!; Reiht Euch in Sechserreihen! — Marsch!; Reiht Euch in Zwölferreihen!; — Marsch!; Reiht Euch in Viererreihen! — Marsch!; Reiht Euch in Zweierreihen! — Marsch!; Reiht Euch in Flanke! — Marsch! und so fort. Haben die Schüler den Wechsel der Gliederungen während der Aufstellung geübt, so kann derselbe auch während der Fortbewegung geübt werden und es wird das Anreihen bald links, bald rechts geboten. Wenn verschiedene Eintheilungsverhältnisse dargestellt und erfaßt worden sind, so kann auch der Wechsel zum Anreihen in verschiedenen Gliederungen zu

gleichzeitiger Ausführung geboten werden und der Lehrer befiehlt dann nur kurz aufeinanderfolgend: Acht! Zweierreihen! —, Sechserreihen! —, Viererreihen! und so fort und gewöhnt die Schüler an schnelle und möglichst gemessene Darstellungen, namentlich auch in Betreff der sich von selbst ergebenden größeren und kleineren Abstände der Reihen von Reihen, wenn diese sich in Säule stellen.

Eine weitere Uebung ist nun etwa folgende: Wenn die Säule der Zweier-, Vierer- oder andern Reihen steht oder zieht, wird geboten: Acht! die erste Reihe bleibt in Stirn geordnet, die zweite reiht sich in Flanke und hierauf in gleicher Weise je eine Reihe in Stirn, eine andere in Flanke; und dann: Die ungeraden Reihen in Flanke, die geraden Reihen in Stirn! — Reiht Euch! und so fort im Wechsel wieder das erste Gebot.

Selber das Bilden von Reihenkörpern von gemischter Ordnung ungleicher Glieder findet jetzt wenig Schwierigkeit mehr und es wird, wenn die eine Reihe in der rechten Flanke gestellt ist, geboten: Acht! Reiht Euch zu Einern und Paaren! — Reiht Euch!, worauf der Erste stehen bleibt, der Zweite mit dem Dritten eine Zweierreihe bildet und so fort alle ebenso verfahren. Dann kann im Wechsel mit der gemischten Ordnung wieder die gleiche Reihenbildung von Dreierreihen auf: Dreierreihen!, oder die Flankenreihe Aller geboten werden. Die Uebung wird zuerst in der Stellung und dann während der Fortbewegung gemacht und es können nun auch gemischte Ordnungen von größerer Zusammensetzung ungleicher Reihen vorgenommen werden, wie z. B. das Bilden von Reihenkörpern, in welchen Einer-, Zweier- und Dreierreihen in verschiedener Folge gereiht sind und zwar so, daß die Reihen bald in Stirn, bald in Flanke, oder selber in verschiedener Stellungsordnung in der gesammten Gliederung gereiht sind.

Diese Uebungen können dann während der Fortbewegung in der gewöhnlichen Umzugslinie, dann aber auch während

des Ziehens in den verschiedenen kreisförmigen Linien dargestellt werden und namentlich können der Gegenzug und Umzug längs der Reihen mit den in Säule gestellten Reihenkörpern, bei Reihung gleicher oder ungleicher Glieder, bei gleicher oder ungleicher Stellungsordnung derselben ausgeführt werden und ebenso das Vorziehen; Uebungen, welche bei ihrer Eigenthümlichkeit bald gelernt werden und die Ordnungskunst sehr entwickeln helfen.

Wenn erst diese Uebungen vorgenommen worden, die Schüler sich gewöhnt haben, bei wechselnden Gliederungen der im Reihenkörper gereihten Glieder die verschiedenen Abstände derselben zu bewahren, so kann der Lehrer auch den Gegenzug mit Schlängeln durch die Lücken der offen gestellten Glieder weiter fortentwickeln. Wir geben folgende Befehle als Beispiel zu einer Uebung. Die eine Flankenreihe wird offen gestellt und der Lehrer befiehlt: Acht! Gegenzug rechts mit Schlängeln durch die Reihe und dann anreihen zu Paaren, welche die Arme verschränken! — Marsch!. Sobald nun die Reihe der Paare wieder gerade fortzieht, wird geboten: Gegenzug rechts mit Schlängeln (durch die Reihe der Paare) und anreihen zu Vieren, welche die Arme verschränken! — Marsch! und hierauf: Gegenzug rechts mit Schlängeln und anreihen zu Paaren! — Marsch! und endlich: Gegenzug rechts und Flankenreihe der Einzelnen! — Marsch!. Die gleiche Uebung kann dann auch so geordnet werden, daß die gegenziehenden Reihen nach dem Durchzug durch die offene Reihe der verschiedenen Glieder in kleineren oder größeren Reihen in Flankenordnung weiterziehen und nach wiederholtem Gegenzug mit Schlängeln durch die Abstände der in Flanke geordneten Reihen wieder die Reihen in Stirn umsetzen. Das Gegenziehen mit Schlängeln in den bisher beschriebenen Weisen wird anfangs in der Aufstellung und dann auch während der Fortbewegung geübt.

Eine noch größere Fortentwickelung der Uebung ist die,

wenn Reihen von gemischter Gliederung den Gegenzug mit Schlängeln durch die Reihe darstellen und je nach dem Durchzug wieder ihre Gliederordnung in Zahl oder Stellung der Gereihten verändern, was wir hier nur andeuten wollen.

An den Gegenzug mit Schlängeln reiht sich dann auch der Gegenzug mit Schlängeln zur Kette von offengestellten Gliedern des Reihenkörpers, welche gleiche oder ungleiche sein können, eine Uebung, welche wir als letzte Entwickelung der Ordnungsübungen dieser Stufe geben wollen und fügen dazu noch die Bemerkung, daß beim gewöhnlichen Schlängeln, sowie auch beim Schlängeln mit der Kette die in Stirn ziehenden kleineren oder größeren Reihen die Biegungen der Schlängellinie in zweierlei Bewegungsart durchziehen können, nämlich entweder so, daß die Reihen sich ohne Schwenken in den gewundenen Linien fortbewegen, indem sie unverrückt und ohne Drehung um eine Axe, nur mit Vor- und Schräg-vor-schritten kreisgehen, oder daß dieselben mit Schwenkungen in die Windungen der Linie einbiegen. Die gewöhnliche Darstellung ist die, bei welcher ein gemischtes Verfahren der Fortbewegung stattfindet, so daß die Reihen zum Theil mit Schrittrichtungen aller Art, zum Theil mit Schwenkung das Kreisgehen ausführen, doch herrscht auch hierbei die erste Darstellungsweise, wobei ohne Schwenken das Kreisgehen erfolgt, vor. Wir werden seiner Zeit diese verschiedene Art des Kreisgehens, welche bei unsern genannten Uebungen, sowie beim Vorziehen, auch schon bei dem Kreisgehen der Einzelnen hervortritt, in nähere Betrachtung und Uebung bringen und geben diese vorläufige Bemerkung auch nur für den Lehrer.

Am Schlusse dieser Ordnungsübungen erinnern wir wiederholt, daß bei vielen dieser Darstellungen die den Schülern bereits bekannten Gang-, Lauf- und Hüpfarten in Anwendung gebracht werden können und daß namentlich viele Hüpfarten wie z. B. das Kibitzhüpfen, Schottischhüpfen, der Hopser-

gang ein Bewegungsmittel sind, welches oft den Uebenden das Einhalten der Ordnungsverhältnisse leichter macht, als die gewöhnliche Bewegung des Gehens dasselbe gestattet, ein Augenmerk, welchen der Lehrer gerade auch dann befolgen wird, wenn, wie z. B. bei den Uebungen des Vorziehens bemerkt worden, die einen Glieder der Reihen oder Reihenkörper in ihrer Fortbewegung mehr Raum gewinnen müssen, als die andern, welche weniger Raum bei gleicher Geschwindigkeit der Bewegung zurücklegen sollen. Es ist darum auch zweckmäßig, wenn z. B. bei dem Vorziehen, bei dem Gegenzug ohne und mit Schlängeln, für die Glieder, welche die größere Bewegungslinie zu durchziehen haben, eine Hüpfart oder das Laufen geordnet wird, während die andern Glieder nur gehen, Alles Winke, die der Lehrer beachten muß, wenn die Leistungen gelingen sollen.

Wie in erster Stufe zur Prüfung der Ordnungsfertigkeit der Schüler die Ordnung der Einreihung in der Aufstellung in der Reihe und im Reihenkörper durch den Befehl: Acht! Lös't die Ordnung! und den wiederkehrenden Ruf: Stellt Euch! geprüft wurde, so kann auch bei den verwickelteren Gliederstellungen der zweiten Stufe, bald während der Aufstellung, bald während der Fortbewegung, die Ordnung einzelner Glieder oder selber die der ganzen Gliederung durch: Acht! Lös't die Ordnung! aufgehoben werden, um nach dem Zählen des Lehrers in bestimmter Zeit wieder auf den Befehl desselben: Ordnet! — Euch! wiederhergestellt und erneut zu werden.

Wir haben in der ersten Uebung geordnet, es solle der Lehrer im Wechsel mit dem gemessenen Taktgehen das Gehen außer Takt gebieten, zum Theil um beide Uebungen aneinander in Unterscheidung zu bringen, dann aber auch, um in der loser geordneten Bewegung die Schüler zu neuer Spannkraft zu sammeln. Wir empfehlen diesen Wechsel auch bei den Uebungen dieser Stufe und dehnen die Anordnung noch

dahin aus, daß der Taktgang im Gleichschritt und Gleichtritt auch mit dem bloßen Taktgehen im Gleichtritte, wobei nicht gefordert wird, daß gleiche linke und rechte Beine schreiten, in Wechsel gebracht wird, ferner das Gehen mit bestimmt gemessener Schrittlänge mit dem Gehen in frei gewählter Länge der Schritte in Wechsel tritt. Was das Laufen und die Hüpfarten betrifft, so können auch diese in gleicher Weise, wie das Gehen in verschiedenen Gangarten, bald zu streng gemessener Darstellung in zeitlicher und räumlicher Hinsicht geordnet werden, bald gibt der Lehrer zu, daß eine losere Ordnung in diesen Bewegungen des Einzelnen gilt.

Wie wir bei dem Unterrichte der ersten Stufe sowohl für die Uebungen der Einzelnen strenge und losere Ordnung der Thätigkeiten und Bewegungen anempfahlen und dieß auch auf die zweite Stufe ausdehnten, so gilt das Gleiche bei dem Gemeinkörper Aller, dessen Gemeinübungen bald in gemessenerer, strengerer Ordnung, bald in loserer Ordnung, welche sich auf mehr und weniger Forderungen und Leistungen beziehen kann, ausgeführt werden können und wir sprechen nur aus, daß den Schülern der zweiten Stufe, als Entwickelteren und Vorgerückteren in ihrer gesammten Lebensbildung, im Verhältnisse zu den Schülern der ersten Stufe auch mehr zugemuthet werden darf und soll.

Freiübungen.

Was nun die Freiübungen der Einzelnen betrifft, so hat auch hier der Lehrer diese bei den Schülern der zweiten Stufe nur mehr in größerer Durchbildung und kunstvollerer Darstellung zu entwickeln. Denken wir zuerst an die verschiedenen Gang-, Lauf- und Hüpfarten, so wird nunmehr mit mehr Strenge darauf gesehen, daß die gesammte Haltung des aufgerichteten Leibes weder durch unfreien Zwang, noch durch nachläßige Schlaffheit bei jeder Art der Fortbewegung, in rechter und freier Darstellungsweise beeinträchtigt

werde. Der Lehrer sieht bei jeder Uebung sowohl auf die genaueren Leistungen der einzelnen Leibesglieder, als auch auf die übereinstimmende Uebung der gesammten Gliederung des ganzen Leibes. Sind Bewegungsarten in der ersten, zweiten oder dritten Stellung darzustellen, so wird jetzt darauf gesehen, daß die Beine mit den Füßen der durch Anordnung gesetzten Haltung bestimmt nachkommen. Wie wir bei dem Taktgehen gleich am Anfange der Uebungen der zweiten Stufe bestimmte Maßunterschiede für Dauer und Länge der Schritte geordnet haben, so kann jetzt der Lehrer diese Maßunterschiede auch bei den Schritten der verschiedenen Gang-, Lauf- und Hüpfarten bestimmen und diese Bewegungsarten in strengerer Gemessenheit üben lassen. So können z. B. alle diese Bewegungsarten außer der gewöhnlichen Ausführung mit Schritten von mäßiger Länge, auch mit größeren oder kleineren Schritten gemacht werden, wozu noch beim Ordnen der Bewegungen der Schritte die Rücksicht auf die Unabhängigkeit der Schrittdauer von der Schrittlänge die Darstellungsweisen sich vervielfältigen läßt. Es ist leicht zu erkennen, wie damit die Möglichkeit gegeben ist, alle Bewegungsarten an diesem zeitlichen und räumlichen Ordnungsmittel zu verändern und eine jede in leichteren und schwereren Stufen innerhalb derselben Uebung durchzubilden. In Betreff der vorkommenden Bewegungsarten, bei welchen zusammengesetzte Schritte vorkommen, wie z. B. beim Kibitzgang, Kibitzhüpfen, Schottischhüpfen, beim Hopsergang, Wieggang und Wieghüpfen, welche wir für den Unterricht in beiden Stufen an den gleichen feststehenden Rhythmus der geordneten Schrittfolgen gebunden halten wollen, bemerken wir nur, daß dabei die Maßunterschiede der Schrittdauer stets die zu einem Schritte links oder rechts verbundenen Schritte befassen, also die drei Schritte, welche einen Kibitzschritt oder Hupf, einen Wiegschritt oder Hupf, die zwei Schritte, welche einen Nachstellschritt oder Galopphupf, einen

Hopserschritt, die vier Schritte, welche einen Schottischen Hupf ausmachen, so daß je eine solche Schrittverbindung links und eine Schrittverbindung rechts in einem Zeitabschnitt dargestellt wird, welcher mäßige, schnelle oder langsame Dauer haben kann. Was nun bei diesen genannten Bewegungsarten, bei welchen jeder Schritt schon eine Schrittverbindung ist, das Unterscheiden der Schrittlängen betrifft, so wollen wir auch hier die in erster Stufe gegebene Anordnung im Allgemeinen noch festhalten, können aber doch auch hier in Beziehung auf je den ersten Schritt einer zusammengehörenden Schrittverbindung die Maße der verschiedenen Schrittlänge bald mäßig, bald groß und bald klein ordnen.

Eine besondere Rücksicht bei Ausbildung der verschiedenen Bewegungsarten muß endlich auch auf die Darstellungen des Uebergehens von der einen in die andere, auf den Wechsel derselben miteinander, welcher in bestimmter Zeit erfolgen kann, genommen werden. Wir haben bei den Uebungen der ersten Stufe hie und da schon das Verfahren des Lehrers in Leitung solcher Wechsel beschrieben und wollen hier aussprechen, daß bei vorgerückteren Schülern diese an Zeitordnung gebundene Umsetzung einer Bewegung in die andere, welche stets auch mit einem Wechsel des allgemeinen Zeitmaßes in Verbindung steht, eine besondere Uebung ausmacht und Uebungsfälle anordnen läßt, welche geeignet sind, die gesetzlich freie Durchbildung der Schüler in hohem Grade zu bewirken, ihre Fertigkeit in strenger rhythmischer Bewegungskunst zu prüfen. Es kommt bei diesen Uebungen, wenn sie mit Erfolg betrieben werden sollen, das Meiste auf den leitenden Lehrer an, der die Befehle zum Wechsel der Bewegung so geben muß, daß die Veränderung der einen Uebung in die andere möglichst leicht eintreten kann, somit die Zeit des Befehles richtig gewählt werden muß. Wir geben hier eine Reihe von Befehlen, durch welche die Wechsel verschiedener Arten der Bewegung geordnet werden. Es zieht zum Bei-

spiel die eine Flankenreihe im Taktgange vorwärts in der gewöhnlichen Umzugslinie und der Befehl folgt: Acht! Wechselt zum Kniewippgang, rechts antreten! — Marsch!, wobei das „Marsch!“ bei einem linken Tritte erschallt; Wechselt zum Kibitzgang, links antreten! — Marsch!, welches bei einem Tritte des rechten Beines gerufen wird; dann folgt: Wechselt zum Wieggang, rechts antreten! — Marsch!, das bei einem letzten Tritte eines linken Kibitzschrittes gerufen wird; hierauf: Wechselt zum Nachstellgang rechts, links antreten! — Marsch!, das mit einem letzten Tritte eines rechten Wiegschrittes gesprochen wird; alsdann: Wechselt zum Galopphüpfen rechts, rechts antreten! — Hüpft!, wobei das „Hüpft!“ kurz vor einem linken Tritte geboten wird; ferner: Wechselt zum Kibitzhüpfen, links antreten! — Hüpft!, das kurz vor einem rechten Tritte erschallt; und nun: Wechselt zum Schottischhüpfen, rechts antreten! — Hüpft!, das mit einem letzten Tritte eines linken Kibitzhupfes erfolgt; hierauf: Wechselt zum Hopsergang, links antreten! — Hüpft!, das mit einem letzten Tritte eines rechten schottischen Hupfes zusammenfällt; und dann: Wechselt zum Wieghüpfen, rechts antreten! — Hüpft!, welches mit einem letzten Tritte eines rechten schottischen Hupfes gegeben wird; Wechselt zum (wechselbeinigen) Schlaghüpfen, links antreten! — Hüpft!, wobei mit einem letzten rechten Wiegschritt das „Hüpft!“ geboten wird; Wechselt zum (wechselbeinigen) Spreizhüpfen, rechts anspreizen! — Hüpft!, wobei der Befehl mit einem rechten Tritte zusammenfällt; Wechselt zum Kniewipphüpfen, rechts antreten! — Hüpft!, das zugleich mit einem linken Tritte befohlen wird; Wechselt zum Taktlauf, links antreten! — Lauft!; das „Lauft!“ wird bei einem rechten Tritte gerufen; Wechselt zum Stampflauf, rechts antreten! — Lauft!, wird mit einem linken Tritte geboten; Wechselt zum Lauf mit Anfersen, links anfersen! — Lauft!, das „Lauft!“ fällt hier mit einem linken Tritte zusammen; Wechselt zum Zehen-

lauf, rechts antreten! — Lauft!, dieß erfolgt mit einem linken Tritte; Wechselt zum Wieglauf, links antreten! — Lauft!, welches kurz vor einem rechten Tritte gerufen wird.

Wir haben hier absichtlich eine große Reihe von Wechseln in Befehlen gegeben, damit der Lehrer nach diesen Anleitungen andere Wechsel im Befehle ordnen lerne. Es ist wesentlich, daß der Lehrer, wenn er pünktlichen Eintritt der verschiedenen Wechsel beabsichtigt, die Schüler gewöhnt, die bestimmten feststehenden Rhythmen einer jeden dieser Bewegungsarten genau zu unterscheiden und bei den jeweiligen Uebungen der besondern Bewegungsarten die Rhythmen hervorzuheben, daß schon bei der Nennung einer Bewegungsart die Uebenden den Rhythmus derselben zugleich mit deren Darstellungsweise in ihrer Vorstellung erfassen lernen. Dazu hilft, wie bereits öfter gesagt worden, die beim Unterrichte den Lernenden begleitende Singweise, oder eine sonstige den Rhythmus hörbar machende Aeußerung von Seite des Lehrers, sowie auch die in vielen Bewegungen darstellbare Betonung durch Stampfen, Schlagen und Händeklappen. Der Lehrer wird darum aus nahe liegenden Gründen auch bei den hier bezeichneten Wechseln der Bewegungen die stets auch wechselnden Rhythmen angeben, auf die eine oder die andere Weise. Dem Lehrer überlassen wir nun selber, die Bewegungsarten, wobei die Uebenden bald vorwärts, bald rückwärts und seitwärts ziehen, in Befehlen zu ordnen und darstellen zu lassen, wobei er die bei den Uebungen möglichen zugeordneten Thätigkeiten der Beine (Stampfen und Schlagen) und Armübungen aller Art nach Ermessen mit den verschiedenen Gang-, Lauf- und Hüpfarten verbinden kann.

Eine Uebung, welche bei allen Gang-, Lauf- und Hüpfarten der zweiten Stufe im Wechsel mit den gewöhnlichen Tritten der Füße auf dem Boden und namentlich mit den betonteren Tritten des Stampfens und Schlagens gebracht werden kann, ist das tonlose Niedertreten der Füße, der Leise-

tritt im Gehen, Laufen und Hüpfen, welcher den Uebungen ein eigenthümliches Gepräge gibt, die Uebenden zu einer Beherrschung und Bewältigung ihrer Darstellungen veranlaßt, welche sehr geeignet ist, die maßvolle Bewegung an Gegensätzen hervorzuheben und zu entwickeln, die Uebergänge der harten und weichen Kraftäußerung zu vermitteln.

Wir haben am Schlusse der Uebungen der zweiten Stufe eine große Reihe von Freiübungen gegeben, welche nun der Lehrer auch mit den Schülern der zweiten Stufe wiederholen wird. Wenn wir hier darauf verzichten, die Zahl dieser Uebungen noch zu vermehren, so geschieht es einerseits darum, weil es genügt, dieselben in sich selbst zu strengerer Ausbildung zu steigern und andrerseits darum, weil der Lehrer nun selber nach Gutdünken durch Zusammensetzung verschiedener Thätigkeiten diese Uebungen noch vielfältig verändern kann.

Bei allen Uebungen der ersten und zweiten Stufe hat nun der Lehrer die doppelte Beziehung zu nehmen, daß er bald die Uebung des Einzelnen, welche stets als Gemeinübung in einer Ordnung mit Andern vorgenommen wird, bald die Uebung des Gemeinkörpers, welche stets die Einzelübung seiner kleinsten Glieder voraussetzt, vorwaltend durchbildet. Kommt es darauf an, die Einzelnen besonders in gewissen Uebungen zu fördern, so tritt mehr die Ordnung des Gemeinkörpers zurück, in gleicher Weise, wie bei den Uebungen einzelner Leibesglieder des Einzelnen der ganze Leib desselben nur ein zugeordnetes allgemeines Verhalten hat, das sich der besondern Uebung unterordnet, kommt es hingegen darauf an, besonders den Gemeinkörper in seinen verschiedenen Gliederungen in Ordnungen aller Art zu verändern und zu üben, so ordnet sich hierbei die Uebung des Einzelnen der gemeinsamen Ordnungsübung unter. Wie aber die Freiübung des Einzelnen erst dann die kunstvolle ist, wenn die gesammte Leibesgliederung in mannigfaltigsten Uebungen zur Verfügung des Einzelnen steht, so wird auch die Freiübung

des Gemeinkörpers die kunstvollste erst dann, wenn seine Glieder zu den mannigfaltigsten Ordnungsveränderungen geschickt sind, wenn sich der Gemeingeist Aller in freiester Folge der Leistungen dem im Befehle einen Gesetze für das Ganze unterordnet, wenn ein Wille die gemeinsame Ordnung frei beherrscht und verwaltet.

Dauerübungen.

Wir haben schon bei vielen Bewegungen, deren Messung nach zeitlichen und räumlichen Verhältnissen in Betracht gezogen und gesehen, wie an beiden Messungen die Erscheinung und Gestaltung der Bewegungen eine bestimmte erkennbare Ordnung erhält. Eine jede Uebung ist an eine bestimmte Zeit gebunden und kann somit auch auf Dauer dargestellt werden, kürzere oder längere Zeit währen. Wenn wir nun hier von Dauerübungen reden, so verstehen wir darunter zunächst nur solche Bewegungsarten, welche vorzugsweise geeignet sind, längere Zeit anhaltend fortgesetzt zu werden und beschränken uns auch hier wieder darauf, nur die Uebungen hervorzuheben, welche das Turnen wesentlich für das Leben durchzubilden hat, indem wir dem Lehrer überlassen, auch andere Uebungen auf Dauer fortgesetzt darstellen zu lassen, Dauerbewegungen aller Art zu ordnen.

Vor allem bildet das Gehen eine Uebung, welche auf Dauer betrieben werden muß. Denken wir nur an die Uebung des Dauerganges auf Turnplätzen, so eignet sich für deren Darstellung besonders die geradlinige Bahn, welche längs der Schranken des Platzes hinzieht und dann auch die gewundene Schlängelbahn und der Wunderkreis. Der Lehrer ordnet am besten die Schüler in einer Flankreihe, bei welcher von einem gewandten Führer die Kleineren des ursprünglich linken Flügels vorausziehen, bezeichnet die Ganglinie für den Dauergang und bestimmt, es solle in Ordnung und Stille fünf, zehn, fünfzehn, zwanzig Minuten lang im Takte gegangen werden, oder er mißt den zurückzulegenden Raum

nach der Zahl der zu machenden Umzüge um die Bahn. Der Dauergang kann mit gewöhnlichen Schritten in mäßiger und schneller Schrittzeit, dann aber auch mit großen Schritten in schneller Schrittzeit als Schnellgang auf Dauer geübt werden.

Der Lehrer hat nun die Rücksicht zu nehmen, daß wo möglich alle Schüler bei der Uebung ausharren und wird demnach namentlich die Schwachen und Ungeübteren im Auge haben, daß diese gerade rüstigere Gänger werden.

Wenn auf Turnplätzen der Dauergang mehr in geordneter Weise geübt wird, so gilt dagegen auf Turnfahrten, auf welche wir später zurückkommen, mehr die freiere Uebung von Dauergängen, welche längere Zeit währen und einen weiteren Zweck verfolgen, als die besondere Turnübung des Dauerganges. Der Lehrer beginnt auch bei dieser Uebung, mit Berücksichtigung der allmählig zu steigernden Anstrengung, zuerst mit Dauergängen von kürzerer Dauer und steigert nach und nach erst die Anordnungen dieser Uebung zu längerer Dauer. Am geeignetsten sind für die Dauergänge auf Turnplätzen trockene kühle Tage im Frühling, Herbst und Winter.

In ähnlicher Weise wird auch auf Turnplätzen der Dauerlauf geordnet und geübt. Wegen der anstrengenderen, die Athemwerkzeuge mehr in Anspruch nehmenden Bewegung hat der leitende Lehrer die Uebenden auf eigenthümliche Darstellung dieses Laufes und auf das ganze Verhalten bei demselben aufmerksam zu machen. So wird z. B. geordnet, daß das Laufen in erster Stellung erfolge, daß weder Stampftritt noch Leisetritt zweckmäßig sei, daß das kraftverschwendende Anziehen der Unter- und Oberbeine und ebenso die zwangvolle Haltung oder regellos schlenkernde Bewegung der Arme zu vermeiden sei, überhaupt Alles, was nutzlos die Kraft vergeudet, das regelmäßige Athmen stört. Es wird darum geordnet, daß die Arme im Hüftstütz zwanglos gehalten werden, oder auch nur im Ellenbogengelenke stark gebeugt,

leise und bewegungslos an den Seiten der Brust anliegen, der Mund während des Laufes geschlossen bleibt.

Auch das Dauerhinken auf rechtem und linkem Beine kann der Lehrer üben lassen und es bildet dasselbe ein sehr geeignetes Stärkungsmittel für die Beine und ist namentlich auch mit Beziehen auf Gehen, Laufen und Springen für diese Hauptbewegungen eine gute Vorübung.

Wettübungen.

Wenn auch viele unserer Uebungen in die Wette von Mehreren gemacht werden können, wo es gilt, in Absicht auf Ausdauer, auf Schnelle, oder auf regelmäßige Darstellung es den Andern zuvorzuthun, so fassen wir hier doch nur das Wettgehen auf Schnelle und das Wettlaufen auf Schnelle in Betrachtung. Dies Schnellgehen in die Wette wird auf Turnplätzen in der geradlinigen Laufbahn etwa so geordnet. Die Schüler stellen sich in eine Reihe von Paaren, von möglichst Gleichgroßen außerhalb der Bahn und längs deren Schranken auf und nun läßt der Lehrer ein Paar nach dem andern in die Bahn einrücken und je Zwei Rück gegen Rück gekehrt beginnen, nach entgegengesetzten Richtungen den Umzug mit Schnellgang und suchen ein jeder Wettgänger zuerst und in kürzester Zeit die Bahn zurückzulegen. Je nach Abschnitten von etwa zwölf Schrittzeiten kann ein anderes Paar den Wettgang beginnen und für die Paare, welche die Umzugslinie durchgangen haben, ordnet der Lehrer wieder den gleichen Sammelort und die Aufstellung längs der Bahn. Der Sieger wird nach dem Wettgang eines jeden Paares von dem Lehrer bezeichnet und diejenigen des Sieges verlustig erklärt, welche der Anordnung zuwider z. B. die Gränzen der Bahn überschritten, um Vorsprung an Raum zu gewinnen, oder das Gehen in ein Laufen umsetzten. Für allemal wird geordnet, daß die in der Bahn des Umzugs sich Begegnenden rechts ausweichen.

Eine eigenthümliche Darstellung bildet der Wettgang von zwei je nach entgegengesetzten Richtungen abgehenden kleine-

ren oder größeren Flankreihen, welche innerhalb ihrer Ordnung im Taktgehen die Bahn durcheilen mit Schnellschritten. Dabei wird der Lehrer möglichst Gleichgeübte in beide Reihen vertheilen und anfangs nur Zweier-, Dreier- oder Vierreihen und später erst größere Reihen ordnen.

Die gleichen Anordnungen gelten nun auch für den Wettlauf in Schnelle, welcher aber nur von den Einzelnen der geordneten Paare, die je nach einander Rück an Rück gestellt und von dem Lehrer an den Oberarmen gehalten, auf sein Zählen „Eins, Zwei — Drei!“ den Wettlauf beginnen, dargestellt wird. Der Wettlauf auf Dauer kann auch von je zwei in Flanke gestellten kleineren oder größeren Reihen möglichst Gleichgeübter im Taktlauf so geordnet werden, daß von den nach entgegengesetzten Richtungen Ablaufenden gefordert wird, ohne Ordnungswidrigkeit zwei, drei und mehr Umläufe zurückzulegen, wobei dann der Sieg der Reihe zuerkannt wird, welche in größerer Ordnung und in kürzester Zeit den Lauf darstellt.

Der Lehrer hat nun selber zu ermessen, zu welchen Stufen der Fertigkeit bei seinen Schülern von verschiedener Alters- und Uebungsstufe diese Dauer- und Wettübungen gebracht werden können und wir bemerken nur noch, wie sowohl Dauergang und Dauerlauf, als auch Wettgang und Wettlauf in vielfältiger Weise im Wechsel geübt werden können, so daß z. B. bei den Dauerübungen je ein Umzug im Gehen und ein Umzug im Laufen geordnet wird, oder ein Umzug im Gehen und mehrere, zwei, drei bis vier Umzüge im Laufe mit dem Gehen wechseln. Wettgang und Wettlauf können z. B. so verbunden werden, daß je ein Umzug im Schnellgang, der andere im Schnellauf ausgeführt wird, oder daß die Wettenden der Eine z. B. zwei Umzüge im Wettlauf zu machen hat, während der Andere nur einen Umzug im Schnellgang macht.

Schwebeübungen.

Es ist bekannt, daß der Stehende, Gehende, Hüpfende, Laufende und Springende fortwährend seinen Leib im Gleichgewichte zu halten hat, daß das Waghalten oder Schweben in jedem Augenblicke mit erneuter Thätigkeit wirksam sein muß, selbst bei den einfachsten Stufen der Uebungen in genannten Zuständen. Mit Rücksicht auf das Schweben können nun auch alle bisher beschriebenen Freiübungen als Schwebeübungen angesehen werden, bei welchen das Gleichgewichthalten leichter oder schwerer zu wahren ist, wir nennen, um nur einige Beispiele anzuführen, den Zehenstand und den Zehengang, das Hockstehen, Sitzhocken und Hockwippen, den Wieggang und den Lauf, anderer, in den beiden Stufen noch nicht genannter Freiübungen nicht zu gedenken, bei welchen gerade auch das Schweben vorwaltende Uebung sein kann. Da nun bei all den mannigfaltigen Uebungen das Gleichgewichthalten erfordert wird, das Waghalten eine gewöhnliche Fertigkeit der Schüler ist, so sucht das Turnen dieselbe in besondern Uebungen, bei welchen das Schweben mehr Schwierigkeit hat und von den Uebenden, bei der meist über dem Boden erhöht liegenden Schwebefläche Entschlossenheit in Ueberwindung des Schwindels erfordert wird, auszubilden. Zur Darstellung dieser Schwebeübungen bieten sich mannigfaltige Geräthe auf dem Turnplatze; wir wollen mit Beziehung auf dieselben die Schwebeübungen in folgender Reihe ordnen.

Uebungen auf dem Schwebebrett.

Eine der einfachsten und für die leichtesten Uebungen des Schwebens geeignetsten Vorrichtungen bildet das vierzehn bis achtzehn Fuß lange, fünfviertel bis ein und einen halben Zoll dicke und einen bis ein und einen halben Fuß breite Schwebebrett. Dasselbe wird an allen Ecken abgerundet und der Breite nach, in einer mit dem Boden gleichlaufenden wagerechten Ebene auf mehrere Böcke, welche an beliebigen Theilen des Brettes verschoben und mit Stellschrauben befestigt werden können, gelegt. Die Stellschrauben müssen an den Böcken so angebracht werden, daß sie unterhalb des Brettes sind, welches von übergreifenden Eisenklammern, die flach geschmiedet sind, gehalten wird, sobald die Schrauben angezogen sind, so daß die Böcke und das Brett gleichsam eine mit festen Füßen versehene Bank, welche einen Fuß über den Boden ragt, bilden. Das Schwebebrett wird als schwunglose oder schwanke Stützfläche hergerichtet, indem im ersten Falle drei Tragböcke so unterhalb des Brettes vertheilt und befestigt werden, daß die Uebenden dasselbe in keine Schwankung versetzen können, im letztern Falle aber nur zwei Böcke das Brett so tragen, daß es durch die Uebenden in kleinere oder größere Schwankungen versetzt werden kann. Das Brett kann von gutem Fichten- oder Eichenholze hergerichtet werden und wird auf der oberen Seite in rauher Fläche belassen und nicht glatt gehobelt. Für unser Bedürfniß werden zwei solcher Schwebebretter beschafft, die bald der Breite nach in kleinerem oder größerem Abstande nebeneinander, oder der Länge nach gestellt werden können. Gewöhnlich werden nun die Schwebeübungen auf dem Brette dargestellt, wenn dasselbe eine wagerechte Stützfläche darbietet, welche über dem gewöhnlichen ebenen Uebungsraume, oder über der Vertiefung des Springgrabens liegt, oder das Schwebebrett wird mit der einen Längenseite auf ein erhöhtes Gestell gelegt für Schwebeübungen auf einer mehr oder

weniger schrägen Stützfläche. Wir beabsichtigen hier nicht, die Uebungen zu bezeichnen, welche auf dem Schwebebrett dargestellt werden können und verweisen in Betreff einer zweckmäßigen Auswahl derselben, sowie auch in Betreff der Aufstellungs- und Uebungsordnung der Reihe auf die Beschreibung der Schwebeübungen auf der Kante und auf der Schwebestange, wenn auch das Schwebebrett die Darstellung viel mannigfaltigerer Uebungen von der Art, wie wir dieselben bei den Freiübungen beschrieben haben, ohne Schwierigkeit zuläßt und wie gesagt leichtere Schwebeübungen darbietet, als die nun folgenden. Wir werden übrigens weiter unten wieder auf das Schwebebrett zurückkommen und zeigen, zu welchen Uebungen sich dieses Geräth noch weiter verwenden läßt.

Uebungen auf der Kante oder der Ruft.

Dieses Schwebegeräth bildet ein aufgekantetes etwa vierzehn bis achtzehn Fuß langes, fünf Zoll breites, ein und einen halben Zoll an seinen Eckenflächen abgerundet dickes Brett, welches auf niederen Gestellen so befestigt ist daß die Höhe der Kantenfläche für den Uebenden etwa um einen halben Fuß den Boden überragt. Das ganze Geräth ist am zweckmäßigsten ein bewegliches und wird entweder von gutem Fichten- oder von Eichenholz gemacht, die Füße müssen in allen Fällen von Eichenholz oder anderem festeren Holze sein. Wir bedienen uns bei den Uebungen dieser beiden Stufen stets mehrerer solcher Geräthe, weil dadurch einerseits die leichteren Uebungsstufen und eigenthümlichen Darstellungsweisen möglich werden und weil andererseits dann auch gleichzeitig Mehrere üben können, und so mit der belebenderen Gemeinübung auch Zeit gewonnen wird. Die Schüler werden in einer Stirnreihe längs der Kanten, welche gleichlaufend bei einem Abstande von zwei Schritten nebeneinander stehen, so gestellt, daß Alle die Uebenden sehen können, die

Reihe etwa fünf bis sechs Schritte von den Kanten absteht. Der Lehrer zeigt die Uebungen selbst und fordert nun je nach dem zwei, drei oder vier Kanten nebeneinander geordnet sind, je zwei, drei oder vier Schüler auf, die Kanten zu betreten für die zu leistende Schwebeübung. Während die vom rechten Flügel der Reihe Ausgetretenen üben, rücken die Nachgereihten alle in die Stellen derselben nach und die, welche geübt haben, reihen sich in Ordnung wieder am linken Flügel der Reihe an, so, daß ohne Unterbrechung die ganze Uebung vor sich gehen kann, alle Gereihten bald für die Schwebeübung, bald für die gemeinsame Ordnung in Anspruch genommen sind. Wir bezeichnen hier nur eine Auswahl von Schwebeübungen.

Erste Stufe.

Mehrere gehen in erster Stellung vorwärts, indem sie sich bei seitwärts gehobenen Armen an den Händen fassend im Gleichgewichthalten unterstützen.

Die gleiche Uebung mit Gehen in zweiter Stellung.

Die gleiche Uebung im Zehengang.

Nachstellgang mit rechts oder links Nachstellen.

Rückwärtsgehen in den bezeichneten Arten des Schwebeganges.

Vorwärtsgehen Einzelner ohne Händefassen und Unterstützung des Waghaltens, wobei, wenn Mehrere zugleich üben, stets die Einen vorausgehen, die auf verschiedenen Kanten Uebenden in einem kleinen Abstande nachfolgen, damit sie einander nicht hindern. Dabei kann für die Arme das Seitstrecken als Hülfsmittel zum Gleichgewichthalten geordnet werden, oder die Arme haben freie Haltung und Bewegung.

Zweite Stufe.

Mehrere gehen in erster oder zweiter Stellung im Taktgang, indem sie sich mit den Händen fassen, vorwärts und

dann auch rückwärts und endlich vorwärts hin und rückwärts her.

Die gleiche Uebung im Zehengang.

Die gleichen Uebungen im Nachstellgang.

Galopphüpfen rechts und links, vorwärts.

Schlaggang und Spreizgang vorwärts, außer Takt und im Takte.

Kibitzgang vor- und rückwärts, außer und im Takte.

Kibitzhüpfen vor- und rückwärts, außer und im Takte.

Schottischhüpfen vor- und rückwärts, außer und im Takte.

Hopsergang vor- und rückwärts, außer und im Takte.

Kniewippgang vor- und rückwärts, außer und im Takte.

Kniewipphüpfen mit Vorspreizhalte des hüpffreien Beines vorwärts.

Gehen und Spreizschwingen vor- und rückwärts des je standfreien Beines, vor- und rückwärts.

Seitwärtsgehen rechts und links, bei näher gestellten Kanten und Auflegen der gestreckten Arme auf die Schultern der Vorderleute, zur Sicherung des Gleichgewichtes; wird außer Takt und im Takte geübt, in erster, zweiter und dritter Stellung als Nachstellgang.

Galopphüpfen seitwärts rechts und links, wobei je in Flanke Stirn gegen Stirn gestellte Paare auf zwei Kanten mit Händefassen sich seitwärts bewegen.

Alle die aufgezählten Schwebeübungen werden mit Händefassen der gleichzeitig Uebenden dargestellt.

Vorwärts Gehen Mehrerer, welche ihre Hände fassen und dann im Stehen rechts oder links Kehrt machen in aufeinanderfolgenden Zeiten, so daß sich die nacheinander Drehenden durch Wiedererfassen der kaum gelös'ten Arme vor dem Fallen sichern können.

Vorwärts Gehen, rechts oder links Kehrtmachen mehrerer Uebenden am Ende der Rust und wiederum vorwärts Gehen. Dieser Hin- und Herzug kann mehreremal wiederholt werden

und das Kehrtmachen ungleichzeitig oder gleichzeitig von den gemeinsam Uebenden dargestellt werden.

Vorwärts Gehen Mehrerer ohne Händefassen im Takt.

Vorwärts Gehen bei ab-, vor-, oder aufgestreckten Armen, wobei die Einzelnen auf den verschiedenen Kanten ungleichzeitig die Uebung beginnen.

Die gleiche Uebung bei Armverschränkung vor der Brust.

Schwebeübungen Mehrerer, welche mit den Nebenleuten die Arme verschränken, bei nahegestellten Kanten.

Haben die Schüler im Schwebegehen ohne Nachhülfe im Gleichgewichthalten durch das Händefassen der Mitübenden Sicherheit erlangt, so können mitunter auch alle Kanten in eine gerade Linie gerichtet und gestellt werden und der Schwebegang wird auf Dauer und selber als Wettübung für die Schüler geordnet, wobei es darauf ankommt, die ganze Gangfläche der aneinander gereihten Kanten zu durchgehen, ohne aus dem Gleichgewichte zu fallen und ohne Berührung der Bodenfläche mit einem Fuße.

Dann können die verschiedenen Kanten auch zu einer winkligen Schwebefläche gestellt werden, wobei die Uebenden in den Angelpunkten verschiedener Winkel das Drehen und Einbiegen in eine veränderte Ganglinie darstellen lernen. Es können die ins Drei- oder Viereck gestellten Kanten geschlossene Umzugslinien für die Schwebegehenden bilden.

Eine weitere Eigenthümlichkeit gewinnen diese Schwebeübungen, wenn die Kanten über schmalere oder breitere Stellen des ausgetieften Springgrabens, gleichsam wie schmale Stege gestellt werden, anfangs mehrere Uebende zugleich über mehrere Kanten, welche nahe und gleichlaufend gestellt werden, schwebegehen und dann die Geübteren auch als Einzelne das Schwebegehen allein ausführen.

Endlich können mehrere oder einzelne Kanten auch mit nur einer Seite auf eine Bank, auf den Tragriegel des Sturmbrettes (man sehe weiter unten bei dem Abschnitte „Stürmen“ die Beschreibung des Sturmgeräthes), oder auf

einen Bock in Schräge gestellt werden, so daß sich die Schwebegehenden schräg auf- und schräg abwärts, vor- und rückwärts bewegen lernen auf beschränkten Stützflächen, welche weniger oder mehr schräg gerichtet werden können.

Uebungen auf den Schwebestangen.

Die Schwebestange ist eine rundgewachsene und gehobelte, vierundzwanzig bis dreißig Fuß lange, am untern Ende drei bis vier Zoll, am obern Ende zwei bis drei Zoll im Durchmesser dicke Stange von federkräftigem Fichtenholze, welche etwa drei bis vier Fuß vom untern und vier bis fünf Fuß vom obern Ende an gerechnet auf kleinen Kreuzböcken, welche von festerem Holze gearbeitet sind, aufliegt und durch eiserne Halten, welche an den Kreuzböcken haften und mit Stellschrauben versehen sind, befestigt wird und zwar so, daß die von starkem Eisen zangenartig gearbeiteten Halten die Stange nicht übergreifen, sondern nur die Mitte ihrer Rundung umklammern. Bei solcher Vorrichtung können die Kreuzböcke in weiteren und engeren Abständen festgeschraubt werden, wodurch die Federung der Stangen nach Belieben gerichtet, die Schwankungen verschiedener Stangen untereinander übereinstimmender geordnet werden können. Die Höhe der Schwebefläche über dem Boden ist die gleiche, wie bei den Kanten, auch müssen die Kreuzböcke in gleicher Weise, wie die Traggestelle bei den Kanten, so gefertigt sein, daß das ganze Schwebegeräth nach den Seiten, welche quer mit der Stangenlänge gerichtet sind, gegen Umfallen der Schwebestange gesichert ist und ebenso auch Widerstandskraft gegen die Schwankungen derselben darbieten, welche ihrer Länge nach entstehen, sobald geübt wird. Dieses Schwebegeräth unterscheidet sich von den Kanten wesentlich durch seine schwanke und gewölbte Stützfläche, wodurch die Schwebeübungen selber in Erscheinung und Wirkung einen eigenthümlichen Reiz gewinnen. In Betreff der Anordnung der Uebungen ver-

weisen wir auf den vorausbeschriebenen Abschnitt „Uebungen auf Kanten" und bemerken nur, daß auch diese beweglichen Geräthe, deren stets mehrere zugleich zu Uebungen benutzt werden, in gleicher Weise wie die Kanten verschieden gestellt werden, je nachdem besondere Schwebeübungen vorgenommen werden sollen.

Uebungen auf dem Schwebebaum.

Dieses bekannte Schwebegeräth, welches bald als biegsame, bald als unbiegsame Stützfläche, als schwanker Schwebebaum oder Liegebaum geordnet und gestellt werden kann, dient zu ähnlichen Schwebeübungen, wie die Schwebestange und Kante, wenn auch die Mannigfaltigkeit der Darstellung gemeinsamer Schwebeübungen dadurch beschränkt ist, daß nur eine langgedehnte Schwebefläche und nicht mehrere nebeneinander hinlaufende geordnet werden können. Wenn nun die Vervielfältigung solcher größerer von Ort unbeweglicher Geräthe auch möglich ist, so wäre dieß schon aus dem Grunde, daß dann andere Uebungen in ihrer Darstellung an diesem Geräthe gehemmt würden, nicht rathsam. Wir betrachten miteinander die Schwebeübungen am Liegebaum, wobei der Schwebebaum auf dem Boden festliegt und dann die Schwebeübungen, wobei der schwanke Baum eine Stützfläche darbietet, welche etwa einen Fuß hoch über dem Boden liegt und eine gewölbte größere Breite gewährt, als die Kante und Schwebestange, von welcher sich der schwanke Schwebebaum überdieß durch seine mit der Größe des Baumes gegebenen stärkeren und weniger zu bewältigenden Federkraft unterscheidet und überlassen dem Lehrer, dieselben im Wechsel mit den Uebungen an den erstgenannten Geräthen vorzunehmen.

Vorwärts Gehen der Einzelnen vom Stamm- zum Zopfende, wobei andere Schüler die Uebenden durch leise Führung an den Händen unterstützen, oder Geübtere allein schwebegehen.

Rückwärts- und Seitwärtsgehen mit und ohne Führung, letzteres namentlich am Liegebaum. Hin- und Hergehen in entgegengesetzten Richtungen.

Kniewippgang; Spreizgang vorwärts und rückwärts, mit und ohne Führung.

Zehengang in gleicher Abstufung der Darstellungsweisen.

Gehen mit kleiner Hockbeuge vorwärts.

Vorwärts Gehen und Kehrtmachen; Rückwärts Gehen und Kehrtmachen, nur auf dem Liegebaum.

Ausweichen zweier in entgegengesetzter Richtung vorwärts Gehender, oder Stirn gegen Stirn Gestellter mit Armfassen, bei vorgestellten gleichen rechten oder linken Beinen und Schluß der innern Fußseiten, indem sie rechts auf rechten Beinen, oder links auf linken Beinen Kehrt machen. Diese Uebung wird nur von den Schülern der zweiten Stufe, erst auf dem Liegebaum und dann auf dem schwanken Schwebebaum unternommen, anfangs mit Hülfeleistung von Seite des Lehrers und dann auch ohne diese. Dieses Kehrtmachen von Paaren kann zuerst auf ebenem Boden vorgeübt werden.

Die Beschaffenheit des Schwebebaumes läßt es zu, daß selbst kleinere und größere Reihen zugleich Schwebeübungen darstellen können. So kann z. B. eine Reihe im Flankenmarsch so vorwärts gehen, daß alle Hinterleute mit den vorgestreckten Armen die Schultern der Vorderleute fassen und damit das Schweben aller Einzelnen gesichert wird. Schwieriger ist schon das Rückwärtsgehen in dieser durch die Arme befestigten Ordnung und das Seitwärtsgehen einer in Stirn geordneten Reihe, wobei die Nebeneinandergereihten durch Händefassen mit ihrer Ordnung das Schwebegehen der Einzelnen sichern. Die letztgenannte Uebung des Schwebegehens einer Stirnreihe seitwärts kann auch so geordnet werden, daß die Nebenleute, in regelmäßigem Wechsel der Gereihten, eine entgegengesetzte Stirnstellung haben. Auch Reihen von Paaren, wobei die Einzelnen Stirn gegen Stirn gekehrt sind, können sich im Flankenmarsch auf dem Schwebebaum fort-

bewegen, indem sie ihre Ordnung und ihr Gleichgewichthalten durch Auflegen der vorgestreckten Arme auf Schultern der Gegenübergestellten, oder auch nur durch Händefassen der beiden vorgestreckten Arme, oder endlich durch Händefassen nur je zweier rechten oder linken Arme befestigen.

Diese eigenthümlichen Uebungen des Schwebegehens von Reihen auf nur einer Schwebefläche können auch auf Kanten geordnet werden und auf Schwebestangen, wenn auch auf letzteren nur kleinere Reihen von Zweien oder Dreien zu ordnen, zweckmäßig erscheinen dürfte.

An diese Schwebeübungen auf dem Schwebebaum reiht sich auch der Schwebekampf zweier Flankreihen, welche Stirn gegen Stirn gestellt gegeneinander rücken. Je der Vordermann einer Reihe sucht durch Stoß oder Schlag bei offener Hand seinen Gegner aus dem Gleichgewichte zu bringen und zum Absprung auf den Boden zu nöthigen, wobei die Regel gilt, daß die Kämpfenden nicht einander mit den Händen fassen und greifen und Stöße und Schläge nur auf Arme und Schultern gerichtet werden sollen. Finten, Ausweichungen und Deckungen aller Art sind dagegen erlaubt. Ist ein Vordermann besiegt, so rückt sein Nachgereihter vor und beginnt den Kampf mit dem Gegner aufs Neue. Sieger ist die Reihe, welche alle Gegner überwunden, selbst dann, wenn auch nur Einer im Schwebestand verharret. Bei fortgesetztem stets sich erneuernden Schwebekampfe reihen sich die einzelnen zu Fall gekommenen Besiegten je wieder hinter ihren Reihen an, so daß stets Kämpfer auf den geräumten Kampfplatz, der von keiner Reihe überschritten werden darf, nachrücken.

Für die Uebung des Schwebekampfes eignet sich, außer dem zum Liegebaum gesenkten und zum schwanken Baum gehobenen und gestellten Schwebebaum namentlich auch der unbiegsame, mit einer breiteren Schwebefläche versehene Stemmbalken, den wir weiter unten näher beschreiben werden.

Uebungen auf den Stelzen.

Wenn unsere bisher beschriebenen Schwebegeräthe nur in Längenrichtung ausgedehnte schmalere Schwebeflächen sind, welche über dem Boden unbiegsame und schwanke Bahnen bilden, auf welchen die Uebenden sich halten und bewegen, so haben die Uebungen auf Stelzen das Eigenthümliche, daß hierbei das Geräth gleichsam die Beine der Uebenden verlängert und diesen frei bei den verschiedensten Ortsveränderungen nach beliebigen Richtungen hin folgt. Wir denken hierbei nur an die gewöhnliche Stelze, welche mit ihrem Stangenschafte von den Händen gehalten, um einige Zoll die Schultern der Stelzengänger überragt. Die Zahl der Schüler ist maßgebend für die Paare von Stelzen, welche für unser Bedürfniß beschafft werden müssen, wenn auch immer gerathener ist, noch einige Paare Stelzen mehr vorräthig zu haben. Unsere Stelzen werden möglichst leicht und schlank gefertigt, so daß die runden, etwa fünf bis sechs Fuß langen aus ganzem Fichtenholze geschnittenen und gehobelten Stelzenstangen nach unten nur etwa einen Durchmesser der Dicke von einem Zoll haben und sich nach oben allmählig noch verjüngen. Bei der einen Hälfte der Stelzenpaare werden die Knaggen in einer Höhe an den Stangen angebracht, durch welche der Stehende einen Fuß hoch über dem Boden steht, bei der andern Hälfte der Stelzenpaare hingegen um einen halben Fuß höher gerichtet. Die Knaggen müssen eine bequeme Standfläche gewähren, welche ein Längenrechteck von fünfviertel Zoll Tiefe und zwei und einem halben Zoll Breite bildet und in die Stangen eingeschaftet, angeleimt und angenagelt werden. Gegen das Abrutschen der Füße nach den innern Seiten hin werden an den Knaggen etwa drei Linien hohe über die Standfläche ragende Kanten gefertigt. Der Uebungsplatz für die Stelzenübungen der Anfänger ist der feste Boden und Raum für Freiübungen, erst bei Geübteren werden auch noch andere Uebungsräume angewiesen. Wenn

nun auch bei Anfängern auf Stelzen die Hülfeleistungen des Lehrers nach und nach allen Einzelnen zugewandt werden müssen, indem der Lehrer mit dem Gehen auf den niederen Stelzen beginnen läßt, so ist doch diese Kunst, wegen ihrer so allgemeinen Verbreitung im Leben der Jugend, in Kurzem von den Meisten zu einiger Fertigkeit gebracht und es gelingt bei richtiger Nachhülfe auch bald, die Schwächsten und Unbehülflichsten zum Stelzengehen zu bringen. Der Lehrer hält bald die Gehenden, indem er rücklings, vorlings oder seitlings von denselben geht und bald die Stangen oder die Uebenden selber an Armen oder Schultern faßt und unterstützt. Gewöhnlich neigen sich die Anfänger rückwärts, unterlassen das Anziehen der Beine zum Schreiten, halten sich gebückt, breiten die schlotternden Beine zu weit nach den Seiten aus, überlassen die Beine willkührlicher Drehung und sind überhaupt oft mehr beschäftigt mit dem Gedanken des Fallens, als mit dem des Stehens und Schwebens. Da hat nun der Lehrer auf alles Fehlerhafte und namentlich auf das fertige Gehen der Geübteren hinzuweisen. Es wird geordnet, daß die Anfänger bei festem Griff der vorlings vor den Stangen abgestreckten Arme mit den Händen die Stangen fassen und je in der Weise, wie beim Stampfgang, die Beine anziehen, während gleichzeitig die Stelzen mit den gleichseitigen Armen fest an die Füße gezogen und an die Rückseite der Schultern angeschlossen gehalten werden. Namentlich muß gefordert werden, daß der Uebende nie im Stehen raste und Gleichgewicht suche, sondern stets mit Schritten in der Fortbewegung des Gehens dasselbe zu erhalten strebe. Mit jedem noch so kleinen Fortschritte wächst auch das Vertrauen und der Wagemuth der Schüler, und ist erst dieser erstarkt und mit besonnener Bewegung gepaart, so entwächst der Schüler bald der Hülfeleistung des Lehrers und übt nun allein das Stelzengehen. Der Lehrer wird dann auch den Schülern Anleitung geben zum Aufsteigen auf Stelzen, wobei das Anlehnen der Stelzen an Wand und sonstige Schranken des

Platzes gestattet ist und ebenso wird das Absteigen oder Abspringen ohne Loslassen der greifenden Hände an Stelzen gezeigt und gewarnt vor dem unbesonnenen Fallen und Fahrenlassen der nachfallenden Stelzen, wodurch andere Mitübende beläſtigt und gefährdet werden können. Wenn nun einmal die ganze Schaar der Schüler allein auf Stelzen gehen kann, die Geübteren bereits die höheren Stelzen gebrauchen, können folgende Uebungen für die auf dem Platze ohne Ordnung zerstreuten Schüler als freie Einzelübungen geboten werden.

Erste Stufe.

Vorwärts Gehen in geraden und kreisförmigen Linien.

Vorwärts Gehen mit gewöhnlichen, kleinen und großen Schritten.

Rückwärts- und Seitwärts Gehen in geraden und kreisförmigen Linien mit Schritten von verschiedener Länge.

Rechts und links Drehen während des Gehens.

Gewöhnlicher Gang, im Wechsel mit Stampfgang und Gehen mit Leisetritt.

Nachstellgang rechts und links in der Richtung vorwärts und rückwärts.

Gehen in einer Seitschrittstellung, oder Nachstellgang in einer Vorschrittstellung.

Kibitzgang vorwärts und rückwärts.

Stampfgang im Takt und Gleichtritt, wobei der Gleichschritt linker und rechter Beine keine Forderung ist.

Gehen in einer Flankreihe in der gewöhnlichen Umzugslinie, wobei die Einzelnen nach Fertigkeit gereiht sind, Alle außer Takt oder im Takte mit Gleichtritt gehen.

Die gleiche Uebung mit Taktgehen in gleichem Schritt und Tritt mit Stampfen nur des linken oder rechten Trittes.

Bei all den Uebungen der ersten Stufe genügt es, wenn die Schüler mit gewöhnlicher Armhalte die Stelzen fassen

und der Lehrer, welcher meist die zerstreute Uebung der Einzelnen gewährt, führt dann mitunter die Uebenden auch auf die Räume des Turnplatzes, welche weniger festen Boden haben, wobei das Stelzengehen ein erschwertes ist. Zugleich werden die Schüler auch aufgefordert, das freie Aufsteigen auf Stelzen mitten im Uebungsraume zu üben und überhaupt auch ohne Rast auf längere Dauer das Stelzengehen fortzusetzen.

Zweite Stufe.

Auch hier wird das Stelzengehen meist in freier Einzelübung betrieben, wenn auch im Wechsel die Schüler öfter in Reih und Glied geordnet zu Darstellungen aufgefordert werden und in loser oder strenger geordneter Gemeinübung üben.

Freies Aufsteigen und Absteigen in ungleicher Zeit und auf Gebot in gleicher Zeit, wobei das linke oder rechte Bein vor, das andere Bein nachsteigt.

Gehen mit Schritten von längerer und kürzerer Schrittdauer.

Gehen an Ort, mit möglichstem Einhalten der gleichen Standfläche und Uebungsstelle.

Kibitzhüpfen; Schottischhüpfen; Hopsergang; Wieggang; Galopphüpfen rechts und links. In den Richtungen vorwärts, rückwärts und seitwärts.

Hinken auf rechtem und linkem Beine, bei losgelassener und abgeworfener andern Stelze, oder bei gehaltener andern Stelze, an Ort und von Ort.

Walzdrehen rechts und links während des Gehens.

Gehen und Halten der Stelzen mit vorgestreckten Unterarmen, wobei die Oberarme an den Seiten der Brust geschlossen anliegen, die Stangen vorlings vom Leibe liegen.

Gehen und Halten der Stelzen mit angezogenen Unterarmen vor den Schultern, wobei die Stangen vorlings vor dem Leibe an den Schultern anliegen.

Gehen und Halten der Stelzen mit angezogenen Armen und vorgestreckten Ellenbogen über den Schultern, wobei die Stangen rücklings vom Leibe an den Schultern anliegen.

Gehen und kleine Hockbeuge.

Laufen auf Stelzen.

Sobald die Uebenden in Reihe geordnet werden sollen, so stellen sich Alle in Stirnstellung auf und halten die Stelzen vorgestreckt zum Boden bereit zum Aufsteigen, welches im Wechsel mit dem Absteigen nach Befehl in gleichzeitiger Ausführung geübt wird. Wenn dann die Reihe wiederum aufgestiegen ist und im Flankenmarsch fortzieht, werden dann die Uebungen, welche im Wechsel dargestellt werden sollen, in gleicher Weise, wie bei den Freiübungen geschehen, nach Befehl geordnet und der Lehrer kann selber einfachere Ordnungsübungen ausführen lassen, was wir seinem Ermessen anheimstellen wollen und wenig Schwierigkeit mehr darbietet, wenn der Lehrer einen stufenmäßigen und alle Schüler umfassenden Unterrichtsgang eingehalten und befolgt hat. Die Uebungen werden bald auf dem festen Boden des Uebungsplatzes für Freiübungen, bald auf den verschiedenen andern Räumen und in den Bahnen des Uebungsplatzes vorgenommen.

Am Schlusse der Uebungen auf Stelzen bemerken wir noch, daß auch hierbei Dauer- und Wettübungen und ein Schwebekampf auf Stelzen, wobei die Gegner sich durch Stöße mit den Schultern, durch Finten und Ausweichungen aus dem Gleichgewichte und zum Fall zu bringen suchen, geordnet werden können und selber zusammengesetztere Schwebeübungen, wobei z. B. die Stelzengänger auf einer schmalen Diele, welche am Boden liegt, oder über den Springgraben gelegt wird, gehen und daß überhaupt noch viele Veränderungen mit Haltung der Stelzen, auf welche der Erfindungsgeist der Schüler selber kommt, vorgenommen werden können.

Eine eigenthümliche Vorstufe für Stelzenübungen, welche

schon die kleinsten drei- bis sechsjährigen Kinder treiben können, sind die Uebungen auf etwa drei Zoll hohen auf die Stirn gestellter runder Stangenklötzchen, welche durch Schnüre an deren obern Rändern befestigt, von den abhangenden Armen und Händen an die Füße angezogen und gehalten werden, so daß die Uebenden wie in Steigbügeln stehen, die oben zusammenhängende Schnur zu beiden Seiten jedes Fußes angestrafft das Abgleiten verhindert. Wir machen nur gelegentlich auf diese niedern und leicht zu beschaffenden Schwebezeuge für Kinder aufmerksam und bemerken, daß selbst das Stelzengehen in noch früherer Altersstufe, als die bei unseren Schülern vorausgesetzt ist, bei einiger Leitung Erwachsener wit Erfolg vorgenommen werden kann.

Seilübungen.

Wir haben bei den Ordnungsübungen einer Mehrzahl, sowie auch bei den Freiübungen der Einzelnen gesehen, wie die Turnkunst zeitliches und räumliches Maß in Haltung und Bewegung der Uebenden stets an Merkmale und Zeichen knüpft, welche den Sinnen erfaßbar, das Ordnen der Turnübung vermitteln helfen.

Uebungen an dem langen Schwungseil.

Zu den Turnzeugen, welche in vielfältiger Weise den Zweck haben, bei Uebungen Zeit und Raum zu begränzen und dieselben für die Sinne meßbar zu machen, gehört vorzugsweise das Seil.

Betrachten wir zuerst die Uebungen am „Langen Schwungseil“, welche für die Schüler unserer beiden Altersstufen ein sehr wesentliches turnerisches Erziehungsmittel ausmachen und das Eigenthümliche haben, den Zusammenhang anschaulich zu machen, in welcher Ordnung, Geistesgegenwart und Entschlossenheit im Thun und Lassen stehen und bezeugen können, wie auch die Lust und der Reiz an dem freien Spiel der Uebung in Maß und Schranken, einen ungestörten Fortgang und Verlauf haben. Man kann darum diese Uebungen, je nach den Beziehungen, welche man dabei ins Auge faßt, als solche betrachten, die bald die geordnete, an Zeit gebundene Bewegung, bald das besonnene Entschließen zum Handeln, bald die in freier Kunst erfreuende Turnübung bezwecken und der Lehrer wird darum beim Unterrichte zuerst die ganze

Uebung geben und nach und nach auch die Bedeutung hervorheben, welche in derselben nach so verschiedenen Beziehungen hin liegt.

Das lange Schwungseil ist ein etwa vierzehn bis achtzehn Fuß langes, einen halben Zoll dickes, locker gedrehtes und möglichst geschmeidiges Seil, das gut ins Gewicht gehen muß für die nöthige Schwungkraft. An den Enden werden etwa drei Zoll lange Schlingen angebracht. Das eine Ende wird etwa in Brusthöhe des Schwingers an einem Ständer (z. B. an einem beweglichen Springelständer) befestigt und durch den Schwinger, welcher sechs, acht bis zehn Schritte von dem Ständer absteht und das Seil kürzer oder länger fassen kann, so im Kreise geschwungen, daß der Theil des Seiles, welcher die größte Ebene des Kreises umschwingt, bei jedem Niederschwung die unter dem Seile ausgebreitete Bodenfläche entweder berührt, oder um einen Zoll oder mehrere Zolle über derselben vorüber geschwungen wird. In zwei Richtungen wird das Seil umgeschwungen, welche in Beziehung auf die Uebenden so unterschieden werden, daß bei der einen das abwärts geschwungene Seil an ihrem Leibe nach unten, an Kopf und Füßen vorüber eilt, während bei der andern Schwungrichtung das aufwärts geschwungene Seil an ihrem Leibe nach oben, an Füßen und Kopf vorüber eilt, so daß das Seil beim Durchschwingen der Ebene, welche zunächst über dem Boden liegt, sich im ersteren Falle von den vor dem Seile Gestellten entfernt, im letzteren Falle aber, diesen entgegenkömmt. Die erste Schwungrichtung wird meist für den Lauf unter dem Schwungseil, die zweite Schwungrichtung meist für den Sprung über das Schwungseil angewendet, wenn auch beide Uebungen nicht gerade strenge an die eine oder andere Schwungrichtungen gebunden sind, was seiner Zeit zur Sprache kommen wird.

Die Uebenden durcheilen beim Seilschwingen eine gerade oder kreisförmige Linie, welche durch den Punkt geht, in welchem das über dem Boden geschwungene Seil den Boden

selber berührt oder von diesem den kleinsten Abstand erreicht. Die Bewegungslinie der Uebenden ist in den meisten Fällen eine solche, welche die Linie, die gleichsam die Drehungsaxe des Schwungseiles bildet, rechtwinklig durchschneidet, wenn auch bei vielen Uebungen die Bewegungslinie der Uebenden mit der Drehungsaxe des Schwungseiles in einem schrägen Verhältniß der Durchkreuzung geordnet wird, was aber für die Schwungbewegung des Seiles keinerlei Veränderungen nach sich zieht und lediglich die Uebenden betrifft. Der Lehrer, welcher hierbei das Geschäft des Seilschwingens übernimmt, muß Fertigkeit haben, das Seil in regelmäßige Taktbewegung zu versetzen, daß gleiche Schwünge von jeder Größe und von verschiedenster Dauer aufeinanderfolgen, daß er gewandt die größere und langsamere Schwungweise in die kleinere und schnellere und umgekehrt die letztere in erstere für die so häufig vorkommenden Fälle der zu leistenden Nachhülfe bei Uebenden umsetzen kann und überhaupt seine Schwünge so bewältigen muß, daß Takt und Rhythmus derselben die Bewegung der Uebenden leitet in gleicher Weise, wie etwa durch sichtbare Zeichen des Taktschlagens die Uebungen von Sängern oder Musikern geregelt werden. Das Seil wird nur mit einem Arme von Hand geschwungen, bei möglichst kleinen Kreisbewegungen des Vorderarmes und der Hand. Größere Armbewegungen, welche zuweilen der ungeübteren Schüler wegen, um ihnen die Schwungbewegung des Seiles recht anschaulich zu machen, eintreten können, fördern für den Schwingenden selber die Ausführung regelmäßiger Seilschwünge keineswegs und ermüden überdieß bei längere Zeit fortgesetzter Bewegung der Arme, während bei der kleineren Armbewegung und bei der gewonnenen Fertigkeit die Schwerkraft des Seiles selbst wirksam zu machen, das Schwingen regelmäßig erfolgen und auf längere Dauer, ohne zu ermüden fortgesetzt werden kann.

Die Ordnung für die Seilübungen ist etwa folgende. Die eine Reihe wird in Flanke gestellt, in einer größeren Linie,

welche einen langgezogenen Bogen eines Halbkreises bildet, der sich um den Ständer, an welchem das Seil befestigt ist, herumzieht und nach der Seite hin offen ist, auf welcher die Seilübungen vorgenommen werden, so daß die Schüler die Uebenden und den Lehrer und dieser jene ungehindert sehen. Der rechte Flügel der Reihe biegt sich so weit nach dem Uebungsorte vor, daß der Erste auf eine Stelle tritt, welche etwa um einen Schritt von der Ebene liegt, die das geschwungene Seil vor seinen Augen im größten Kreisbogen durcheilt. Die Schüler werden dann aufgefordert, daß Einer nach dem Andern, sobald der Vordermann abgelaufen, nachrücke und je der Vordere der Reihe auf die Stelle trete, welche der Erste eingenommen hatte. Für die Ablaufenden wird geordnet, sich wieder aufs Neue in gesetzter Einreihung der Reihe hintenanzuschließen, so daß sich die ganze Reihe der Uebenden in einer geschlossenen Kreislinie in der Weise im Umzug fortbewegt, daß die zu der Seilübung Vor- und Nachrückenden in der Kreislinie gehen, während die gerade die Seilübung Darstellenden in derselben laufen. Wir brauchen kaum zu bemerken, daß diese regelmäßig geordnete Darstellung nur nach und nach, wenn erst die Seilübungen selber fertiger gehen, in Gang gebracht werden kann und daß auch bei diesen Uebungen die Behandlung des Unterrichtes eine sehr mannigfaltige Hülfsmittel in Anspruch nehmende sein muß, bei welcher der Lehrer zugleich mit der Uebung der Einzelnen die Gesammtübung Aller im Auge behalten soll, die Ordnung der ganzen Darstellung.

Lauf unter dem langen Seile.

Erste Stufe.

Der Lehrer, nachdem er jedem Schüler seine Einreihungzahl zugetheilt und die Schüler bedeutet hat, daß der Lauf unter dem Seile dargestellt werden solle, beginnt das Seil-

schwingen und zeigt zuerst, wie sich das zu hochgewölbtem Bogen aufschwingende Seil für die Ablaufenden, wie zu einem Thore, das aber mit bestimmter Zeit kommt und schwindet, öffnet und wie der günstige Zeitpunkt zum Ablaufen da ist, in welchem das Seil an den Augen vorüber schwingt und sich vor dem Laufenden fortbewegt und entfernt, so, daß derselbe dem Seile nur nachzueilen braucht, weshalb es auch zweckmäßig sei, den für die je ablaufenden Vorderen bezeichneten nahen Standort und keinen entfernter liegenden, einzunehmen. Unsere Anfänger aber wollen bald selber zur Uebung kommen und das Werk beginnen, der Verstand kommt erst, wenn die Erfahrungen in der Uebung selber gemacht sind, die Besonnenheit, Ruhe und Ueberlegung beim Handeln wird der Lehrer nur allmählig auch bei diesen Uebungen erziehen können und braucht darum das allzufrühe Nachkommen und Befolgen seiner Lehren auch nicht zu erwarten. Auf den Befehl des Lehrers: Acht! — Lauft! beginnt die Uebung, die Gereihten eilen, wie es immer gehen mag, durch die angewiesene Bahn unter dem Seile hin. Es sind immer einzelne Schüler, welche aus natürlicher Anlage in Kurzem diese Uebung richtig darstellen und dann die Mehrzahl durch ihr Beispiel anregen und in der Uebung nachziehen. Der Lehrer läßt das Laufen der Reihe unter dem Seil öfter in loser Ordnung der Laufzeiten darstellen und hilft dabei in jeder Weise durch Wort, Aufmunterungen aller Art und namentlich auch durch langsames Schwingen des Seiles den einzelnen Ungeschickteren und Aengstlichen nach, bis der Strom der Uebungsfertigkeit der Mehrzahl diese Einzelinge auch mit sich reißt. Nun beginnt der Lauf unter dem Seil mit der Aufforderung, daß in jeder Schwungzeit ein Gereihter, der bei seiner Einreihungszahl von dem Lehrer aufgerufen wird, die Uebung ausführe. Es wird geschwungen und auf: Lauft!, oder: Eins, Zwei, Drei und so fort laufen die Gereihten nacheinander ab unter dem Seile hin, wobei der lautzählende Lehrer den Befehl im rechten Zeitpunkte geben

muß. Ein anderes Hülfsmittel kann auch durch den tönenden Schlag des Seiles bei jedem Niederschwung desselben auf den Boden bewirkt und zugleich mit dem Zählen des Lehrers in Verbindung gesetzt werden. Wenn die Schüler das Laufen unter dem Seil auch in gleichmäßiger Folge der Gereihten und einigermaßen auch bei Schwingungen des Seiles, welche im Takte aufeinanderfolgen, darzustellen gelernt haben, so können bei den Schülern der ersten Stufe etwa noch folgende Uebungen angeordnet werden, welche neben ihrer eigenthümlichen Ordnung in Haltung und Bewegung der Schüler, das Laufen unter dem Seile zu größerer Kunstfertigkeit fortentwickeln sollen:

Hüftstütz; Armverschränkung vor der Brust; Vor-, Auf- oder Seitstrecken der Arme, beider Arme, oder nur eines Armes, Uebungen, welche die Einzelnen während des Laufens und Gehens der Reihe im Wechsel darstellen können.

Zehenlauf; Stampflauf; Galopplaufen rechts oder links, in der Richtung vorwärts, oder seitwärts, wobei der Lehrer je für eine Schwungzeit, die rhythmisch hervorgehoben wird, drei Galopphüpfe für die Einzelnen ordnet und laut zählt.

Hopsergang vorwärts; Schlaglauf vorwärts; Spreizlauf vorwärts; Kniewipphüpfen vorwärts.

Hierauf können auch die Schüler zu einer Reihe von Paaren, welche in Stirn geordnet sind, gestellt werden und folgende Uebungen vorgenommen werden:

Paare laufen mit Fassen Arm in Arm; Paare laufen mit Fassen Hand in Hand (Tief und Hochfassen); Paare laufen mit Fassen in Armverschränkung, wobei es darauf ankommt, daß die gemeinsam Geordneten, gleichzeitig, wie in einem Willen verbunden, handeln.

Sobald Paare in Ordnung das Ablaufen, je in aufeinanderfolgenden Schwingungen mit gewöhnlichem Laufen darstellen können, werden auch nach und nach die oben für Einzelne bezeichneten Bewegungsarten geübt und zwar stets mit einer durch Armfassen befestigten Ordnung. Das Galopp-

hüpfen seitwärts in Flanke gestellter Paare, wobei die Einzelnen Stirn gegen Stirn geordnet sind, wird gleichfalls so ausgeführt, daß sich die Uebenden die Hände geben.

War bisher der Umzug der Uebenden stets um den Ständer geordnet, an welchem das Schwungseil befestigt ist, so kann der Lehrer Geübtere auch auffordern, den Kreisumzug beim Lauf unter dem Seile um ihn selber zu machen, so daß die Reihe der Nachrückenden im Gehen sich hinter seinem Rücken bewegt, oder es wird geordnet, daß die Reihe im Wechsel, je nach einem Umzug der Uebenden, bald im Kreis um den Ständer, bald um den Lehrer ziehe, so daß sich die Uebenden in einer Achte fortbewegen. Der Lauf unter dem langen Schwungseil kann auch mit einem Schnelllauf im Umzug um ein fern, zehn, zwanzig und dreißig Schritte bezeichnetes Ziel, etwa ein Sprungständer oder Bock, der von den Einzelnen, welche bereits unter dem Seile gelaufen sind, umlaufen werden muß in Verbindung gebracht werden, eine Uebung, welche bei einigemal fortgesetzter Erneuerung die ganze Reihe in starke Bewegung bringen kann und ihre eigenthümliche Lust für die Uebenden hat.

Zweite Stufe.

Laufen Einzelner mit hinter dem Rücken verschränkten Armen.

Laufen Einzelner mit Verdeckung eines Auges, oder beider Ohren durch die Hände, wobei die gewohnte Thätigkeit der Sinnenwerkzeuge gehemmt wird.

Laufen mit kleiner Hockbeuge.

Laufen und links oder rechts antreten beim Ablauf.

Laufen bei größerem Abstande des Stellungsortes für die Ablaufenden, etwa von dem Sprungbrette, welches der Lehrer in allmählig wachsender Entfernung als Standort zum Ablaufen auf den Boden so legt, daß die Abdachung des Brettes nach dem Seile hingekehrt ist.

Laufen unter dem Seile, während die ganze Reihe sich stets im Laufe in kleineren oder größeren Kreislinien um den Ständer, um den Lehrer oder in einer Achte um beide fortbewegt, die Uebenden Einzelnen keinen feststehenden Ablaufort haben.

Die gleiche Uebung mit der Veränderung, daß je die einzelnen unter das Seil Laufenden während des Laufens unter dem Seil Händeklappen, die Arme in einer der drei Richtungen ausstrecken, oder die Zahl ihrer Einreihung laut sprechen. Ferner kann auch beim jeweiligen Unterlauf für die Einzelnen ein rasches Hockbeugen, oder ein Laufsprung geordnet werden und noch andere beigeordnete Uebungen aller Art.

Laufen unter dem Seil mit Anfersen.

Schottischhüpfen vorwärts, wobei sich die Einzelnen erst beim Ablaufen so bewegen, oder zugleich die ganze Reihe in einer größern Kreislinie in dieser Hüpfart den Umzug macht.

Laufen und ganze Drehung rechts oder links während des Laufens unter dem Seil.

Laufen und rechts oder links um Kehrt machen, während des Laufens unter dem Seile und dann rückwärts fortlaufen.

Laufen der Einzelnen je mit einem zweiten oder dritten Schwunge, so daß nach Ueberspringung einzelner oder mehrerer regelmäßig wiederkehrenden Schwungzeiten und Schwünge abgelaufen wird.

Paare laufen ohne Arm- oder Händefassen.

Paare laufen und beide Gereihten ziehen in verschiedenen Kreislinien um Ständer und Lehrer, und ordnen sich wieder hinter der vor dem Seil gestellten Reihe von Paaren.

Die Reihe der Einzelnen beginnt den Lauf unter dem Seil, ordnet sich zu einer Reihe von Paaren in Stirn, welche aufs Neue den Lauf beginnt und dann beim dritten und vierten erneuerten Lauf sich in eine Reihe von Dreierreihen und in eine Reihe von Viererreihen in Stirn umsetzen, so daß stets die einzelnen Reihen eine mit Hülfe der Arme

befestigte Ordnung haben. Die Uebung kann auch so dargestellt werden, daß nun umgekehrt die Viererreihen nach dem Umzug unter dem Seil, sich in Dreierreihen und diese wieder in Zweierreihen umsetzen, welche endlich wieder die Reihe Einzelner herstellen. Dabei können verschiedene Bewegungsarten für die Einzelnen geordnet werden.

Die Reihe Einzelner wird in eine Reihe von Paaren, welche in Flanke gestellt sind, geordnet und kleine Flankreihen laufen unter dem Seil, wie früher kleine Stirnreihen.

Taktlauf der ganzen Reihe in der Kreislinie und Taktklappen mit den Händen je bei einem linken oder rechten Tritte in möglichst streng gebundener Weise an die Taktschwünge des Seiles, deren jeder eine Zeit von vier Schrittzeiten der Laufenden erfordert.

Laufen und Anreihen der Durchgelaufenen an den in Stirn oder Flank hinter dem Seile aufgestellten Ersten zu einer geraden oder gebogenen Reihe in Aufstellung.

Durchhinken der Einzelnen unter dem Seil.

Das Laufen unter dem langsamer oder schneller geschwungenen Seil.

Das Laufen in Linien, welche in verschiedener Schräge die Drehungsaxe des Seiles durchkreuzen.

Sprung über das lange Schwungseil.

Erste Stufe.

Wenn unsere Schüler schon mit einiger Gewandtheit den Lauf unter dem Seil darstellen können, so beginnt alsbald der Lehrer auch mit dem Sprunge über das Seil, welches mehr Schwierigkeit als jenes darbietet und etwa so vorbereitet wird. Die Reihe ist in gleicher Ordnung aufgestellt, wie beim Lauf unter dem Seile und der Lehrer legt das Seil auf den Boden und läßt, nachdem verkündigt worden, welche Uebung vorbereitet werden soll, die Einzelnen nach ihrem

Ablauf mit einem kleinen einbeinigen Sprung das liegende Seil überlaufen. Bei erneuertem Umzuge der Reihe hält er das Seil etwa um eine Handbreit oder höher ruhig über dem Bodem gehoben und fordert die Schüler wiederum zum Laufen und Ueberspringen des Seiles auf, daß sie sich gewöhnen, in möglichst gleichmäßiger Zeitfolge, welche er durch Zählen bestimmen kann, diese Uebung auszuführen. Alsbald schwingt er das Seil zum Sprung und macht die Schüler aufmerksam auf die nun veränderte Drehrichtung, bei welcher das geschwungene Seil den Ablaufenden begegnet und darum beim Ablaufen übersprungen werden muß, wenn es die größte Nähe zum Boden erreicht, oder diesen selber in regelmäßiger Wiederkehr berührt. Es finden sich unter den Schülern immer solche, welche Entschlossenheit haben, der Aufmunterung des Lehrers zu dieser Uebung Folge zu leisten und dieser kann auch durch langsames Schwingen und Ueberrutschen des Seiles auf dem Boden die Zaudernden zum Ueberspringen des Seiles bringen, wenn auch Einzelne erst mit der Zeit und bei häufiger Wiederholung dieser Uebung das Vertrauen zu deren Darstellung gewinnen, und der Lehrer oft noch vielerlei Vorbereitungsmittel vornehmen muß, mit den Uebungsschwachen. Aber auch hier wirkt der Zug der gemeinsamen Uebung Mehrerer mächtiger, als alles Andere. Im Anfange stellt der Lehrer, der überdieß stets das Seilschwingen nach den Uebenden richten muß, den Schülern das Ablaufen zum Sprunge frei und begnügt sich mit der einfachen an keine Schwungzeit gebundenen Ausführung, befolgt überhaupt einen ähnlichen Gang der Unterweisung, wie beim Lauf unter dem Seil. Die erste Stufe der Uebungen kann nun etwa in folgender Reihe vorgenommen werden.

Einlaufen und Sprung der Einzelnen nacheinander, je bei der Erneuung eines Seilschwunges, wobei der Lehrer durch Zählen der Gereihten zur Uebung auffordert und die Zahl, oder auch das „Lauft" stets in dem Zeitpunkte spricht, in welchem das Seil an dem Kopfe des Uebenden gerade vor-

überschwingt, für die Ablaufenden den Stellungsort nahe vor dem Seile ordnet, etwa durch Legen des Sprungbrettes, oder durch ein anderes sichtbares Zeichen auf demselben und zudem noch beim Schwingen den Boden schlägt, damit die Schüler möglichst vielen Anhalt für die an Zeitunterschiede gebundene Bewegung und Uebung finden.

Einlaufen und sechs, fünf, vier, drei oder zwei an regelmäßige Schwungzeiten gebundene aufeinanderfolgende Hüpfe im Seil an Ort, auf der Stelle, wo das Seil dem Boden zunächst schwingt, und hierauf Auslauf hinter das Seil wie gewöhnlich. Das Hüpfen wird beidbeinig mit geschlossenen Füßen geordnet und der Uebende aufgefordert, sich Stirn nach dem Lehrer oder nach dem Ständer hin zu drehen.

Die gleiche Uebung mit der Veränderung, daß der Uebende nach jedem Hupf über das Seil und vor dem wiedererneuten Hupfe über dasselbe einen Hupf ausführt, oder auch nur mit der Veränderung, daß der vorwärts Einlaufende beim Hüpfen keine Drehung macht, die Stirn in ursprünglicher Richtung eingehalten wird.

Nach diesen Uebungen kann der Lehrer den Sprung oder Hupf über das Seil etwa in folgender Weise mit dem Laufe unter dem Seile in Verbindung bringen, so daß je die Einzelnen nach einem Einlauf und Sprung den Auslauf mit Umzug rechts oder links längs der gerade vor dem Seil in Flanke gestellten Reihe ausführen und somit den Lauf unter dem Seil (oder den Auslauf) in einer Richtung einschlagen, welche dem Einlauf entgegengesetzt ist. Im Wechsel mit dieser Darstellungsweise kann auch für die Uebenden die Umzugslinie für die Einzelnen zum Einlauf, Sprung und Auslauf kreisförmig geordnet werden, so daß sich dieselben in einer Linie bewegen, welche sich in größer gewundenem Bogen der Drehungsaxe des Seiles nähert, oder dieselbe berührt, wobei z. B. beim Umzug im Bogen rechts der Einlauf schräg bei dem Ständer, der Auslauf schräg bei dem Lehrer vor dem Seile erfolgt, beim Umzug im Bogen links aber

der Einlauf schräg bei dem schwingenden Lehrer, der Auslauf bei dem Ständer stattfindet.

Wenn bei allen bisher genannten Uebungen des Sprunges das Seil den Einlaufenden und Springenden oder Hüpfenden entgegengeschwungen ward, so kann jetzt der Lehrer auch alle die bezeichneten Uebungen so ausführen lassen, daß dabei das Seil in der Richtung geschwungen wird, wie es beim Lauf unter dem Seil geordnet ist. Dabei findet für die Uebenden der Unterschied statt, daß der jeweilige Sprung oder Hupf nach dem Einlauf in das Seil erst erfolgt, wenn mit der nachfolgenden Schwungzeit das Seil wiederkehrt, die Zeit für die Ausführung der in der Uebung zusammengesetzten Bewegungsarten anders geordnet ist. Im Uebrigen haben die Uebungen die gleiche Ordnung und denselben Verlauf, wie die vorher beschriebenen.

Zweite Stufe.

Einlauf und Sprung der Einzelnen und Händeklappen während der Leib im Sprunge fliegt. Ebenso kann während des Sprunges auch Hüftstütz, Vor-, Auf- oder Seitstrecken der Arme geordnet werden.

Einlauf und Sprung der Einzelnen, während die ganze Reihe in der Umzugslinie ohne Takt oder im Takte läuft, wobei Alle die Arme im Hüftstütz oder vor der Brust verschränkt, halten können.

Sprung über das Seil von einem bestimmten Standorte nahe vor dem Seil und Auslauf.

Sprung über das Seil und sechs, fünf, vier, drei, oder zwei Hüpfe, wobei der Uebende sich im Hüpfen rechts oder links dreht mit viertel oder halben Drehungen und dann herausläuft oder mit Umzug heraushüpft.

Sprung über das Seil von Paaren und Herauslaufen.

Sprung über das Seil von Paaren und mehrmaliges Hüpfen im Seil und Herauslaufen.

Beide Uebungen bei der Veränderung, daß die Uebenden mit Umzug heraushüpfen.

Sprung Einzelner über das Seil und Lauf rückwärts zum ersten Stellungsort, welches zwei, drei und mehreremal bei regelmäßiger Wiederkehr der Seilschwünge wiederholt werden kann.

Die gleiche Uebung und nach einem Kehrtmachen Lauf vorwärts auf die erste Stelle.

Lauf Einzelner unter dem Seil und mit Kehrtmachen Sprung aus demselben. Wird wie die vorhergehenden Uebungen auch mehreremal aufeinanderfolgend dargestellt.

Wenn diese Uebungen beim Schwingen des Seiles in beiden Drehrichtungen vorgenommen sind, so theilt der Lehrer die Schüler in zwei Flankreihen und stellt dieselben auf verschiedenen Seiten des Seiles vor demselben auf, ordnet für die eine Reihe die Umzugslinie um den Ständer, für die andere die Umzugslinie um den Lehrer und bestimmt die Seite, an welcher der einen Reihe der Lauf unter dem Seil, für die andere der Sprung über das Seil zur Ausführung geboten wird. Der Lehrer wird diese Uebung aber erst dann anordnen, wenn die Uebenden geschickt sind, ohne Unterbrechung bei aufeinanderfolgenden Seilschwüngen den Lauf unter dem Seil und den Sprung über dasselbe darzustellen, und er hat dann die Regel zu befolgen, sich beim Schwingen mehr nach der springenden Reihe als nach der laufenden zu richten. Wenn erst die Schüler erfaßt haben, worauf es bei der Uebung ankommt, so gelingt es bald, die beiden Reihen gleichzeitig bei verschiedener Bewegungsart derselben am Seil zu beschäftigen.

Für beide vor dem Seile, wenn auch auf verschiedenen Seiten des Seiles, aufgestellten Reihen kann auch geordnet werden, daß die eine Reihe den Sprung über das Seil macht und dann mit Umzug längs der Reihe herausläuft, während die andere Reihe das Laufen unter dem Seil darstellt und dann mit Umzug längs der Reihe herausspringt, so daß keine

Reihe die andere hindert, wenn auch je die Uebenden sich im Seile begegnen und mit einer Bewegung durch den kleinen Bogen der Umzugslinie aneinander vorüber eilen, was namentlich dann geschieht, wenn beide Reihen den Umzug rechts machen, oder die eine denselben rechts, die andere denselben links ausführt, wobei freilich die Voraussetzung gilt, daß gerade die zuerst mit dem Seilschwung beginnende Reihe dem Lehrer, die mit dem Lauf beginnende andere Reihe, dem Ständer näher gestellt ist und übt.

Die gleiche Uebung mit der Veränderung, daß beide Reihen den Umzug so machen, daß je die zwei Uebenden der verschiedenen Reihen, welche gleichzeitig im Seile sind, sich mit einem Halbkreise umziehen, was bei der vorausgesetzten Stellung beider Reihen, wobei die mit dem Sprunge beginnende Reihe dem Lehrer, die mit dem Laufe beginnende Reihe dem Ständer näher gestellt ist, so geordnet werden müßte, daß beide Reihen mit Umzug links längs der Reihe sich zugleich gliedweise umziehen.

Beide Reihen können auch, die eine mit dem Sprung, die andere mit dem Lauf das Seil durcheilen und aneinander in geraden gleichlaufenden Linien vorüberziehen hinter das Seil und nach Erreichung eines gesetzten Zieles den Gegenzug beginnen, wobei dann die Reihe, welche mit dem Sprunge durch das Seil geeilt war mit dem Lauf, und die Reihe, welche mit dem Lauf durch das Seil geeilt war, bei der Wiederkehr zum zuerst eingenommenen Stellungsorte das Seil mit dem Sprung durcheilt.

Wenn bei den bisher beschriebenen Uebungen zweier Reihen am Seile, stets beide Reihen auf entgegengesetzten Seiten des Seiles aufgestellt waren, so können nun auch beide in Flanke bei einem Reihenabstande von etwa einem Schritte, auf der gleichen Seite des Seiles nebeneinander gestellte Reihen folgende Darstellung ausführen. Die eine Reihe z. B. läuft unter dem Seile durch und umkreist den Lehrer, während die andere Reihe in das Seil, wie die erste läuft,

dann aber erst nach einem Hupf über das wiederkehrende Seil forteilt und um den Ständer kreist. Es kann auch die eine Reihe den Lauf durch das Seil und dann den Umzug um den Lehrer machen, während die andere Reihe den Lauf durch das Seil und den Umzug längs der Reihe darstellt, wobei wieder mit Sprung das Seil durcheilt wird. Zu all diesen Uebungen beider Reihen, welche auch so geordnet werden können, daß dieselben eine gleiche Ordnungsübung darstellen, wollen wir unter vielen Uebungen, die hier nicht aufgezählt zu werden brauchen, die nennen, wobei die Einzelnen Gleichzähligen beider nebeneinander gestellten Reihen, in ungleichen Zeiten den Lauf unter dem Seil, oder den Sprung beginnen.

Wenn unsere Uebungen für zwei Reihen auch anfangs einige Schwierigkeit der Darstellung verursachen mögen, so werden dieselben von Schülern, welche in den Ordnungsübungen Gewandtheit und das Laufen und Springen am Schwungseil vorgeübt haben, doch bald mit Erfolg ausgeführt.

Auf die Verbindung des Laufens und Springens am langen Schwungseile mit Klapperübungen werden wir später zurückkommen, was hier nur zum Voraus bemerkt werden soll.

Dauer- und Wettübungen der Einzelnen oder Reihen können bei diesen Uebungen des Laufens unter dem Seil und Springens über dasselbe vielfältig in Anwendung gebracht werden.

Das Springen.

Wenn bei den Freiübungen das Springen zum Theil schon in einzelnen Darstellungsarten vorgekommen, die Entwickelung der Beine für diese Leibesübung durch viele Bewegungsarten vorbereitet ward und nun selber der Sprung über das im Kreis geschwungene lange Seil, als eine Uebung betrieben wurde, welche die Sprungfertigkeit unserer Schüler an ein Maß der Zeit gewöhnt, und zwar in einer Weise, welche, wie ausgesprochen worden, für die Schüler noch andere Lebensäußerungen weckt und erzieht, so richtet sich der Unterricht nun besonders auch auf die Ausbildung der Sprungfertigkeit, bei welcher diese hauptsächlich an räumlichen Maßen entwickelt wird, sowohl mit Rücksicht auf die verschiedenen Darstellungsweisen des Springens selber, als auch bei Anwendung solcher Geräthe und Vorrichtungen, an welchen die Eigenthümlichkeit einer jeden Art des Sprunges besonders hervortreten kann. Die Mittel, welche die Turnkunst für Ausbildung des Springens anwendet, sind sehr verschiedene und wir wollen hier eine Reihe von Uebungen folgen lassen, welche bei dem Unterrichtsgang unserer Schüler in Anwendung gebracht, geeignet sein dürfte, die Springkunst derselben mit Erfolg zu entwickeln. Als Springzeug bedienen wir uns vor Allem wieder des langen an einem Springel befestigten Seiles, welches wir bisher als Schwungseil benutzt haben, wählen den gleichen Uebungsraum, auf welchem die Seilübungen betrieben wurden und behalten selber die Aufstellungsordnung der Reihe und die Bewegungslinie der Uebenden, wie wir dieselbe dort gegeben, für unsere Srungübungen bei,

wenn auch für das Springen mit Anlauf, oder ohne Anlauf der Stellungsort für den die Uebung beginnenden Ersten, bald zu einem größeren, bald zu einem kleineren Abstande vor dem Seile, welches der Lehrer nun ruhig über dem Boden hält, geordnet wird.

Erste Stufe.

Der Lehrer hält das Seil etwa handhoch über dem Boden und fordert die Schüler auf, mit einem Anlauf das Seil zu überspringen, in der Weise, daß bei einem Abstande von zehn bis fünfzehn Schritten die Einzelnen ablaufen und einander erst folgen, wenn ein Uebender den Sprung ausgeführt hat. Der Lehrer lernt bei dieser Uebung selber die Sprungfertigkeit der Schüler, welche sie bereits in ihrem Leben erworben haben, kennen und ersieht daraus am besten, wo und wie nun die Unterweisung und Nachhülfe sich hinzurichten haben. Wir brauchen kaum zu bemerken, daß der Lehrer durch Nachlassen des gehaltenen, bogenförmig herabhangenden Seiles, in allen Fällen gerüstet sein muß, den Sprung für die Schüler gefahrlos zu machen.

Springen mit Anlauf mit der bestimmten Forderung des Absprunges mit nur einem Beine.

Die gleiche Uebung mit der Forderung des Niedersprunges auf beiden geschlossenen Füßen.

Anlauf, Absprung mit nur einem Beine und Niedersprung mit geschlossenen und gestreckten Beinen und Füßen.

Die gleiche Uebung mit zugeordnetem Hockwippen beim Niedersprung, wobei die Schüler auf das beim Niedersprung Zweckmäßige des Beugens aller Beingelenke aufmerksam gemacht werden.

Der Sprung in die Höhe, wobei der Lehrer die bisher geordnete Ausführung des Springens aufrecht hält, das Seil als Ziel und Zeichen für die zu überspringende Höhe höher hält, mit Rücksicht auf die ihm bekannt gewordene

Sprungfertigkeit und Anlage seiner Schüler. Wenn diese nun bei der vorwaltenden Aufgabe des Höhensprunges anfangs die regelmäßige Darstellung wieder aufgeben, so wird bei wiederholter Uebung des Sprunges in Höhe zugleich mit dieser auch die eine oder die andere Forderung für die besondere Sprungesweise verlangt und der Lehrer sucht selber das Maß des Sprunges in Höhe allmählig zu steigern.

Der Hochsprung mit der besondern Anordnung des Aufschnellens der Kniee nach dem Absprung.

Die gleiche Uebung mit der ferneren Zuordnung des regelmäßigen Hockwippens beim Niedersprung.

Wenn bisher der Absprungsort der gewöhnliche feste Boden vor dem Seile war, so legt der Lehrer nun das Sprungbrett vor das Seil und ordnet das Abspringen auf demselben. Durch diese Vorrichtung gewinnen die Sprungübungen an Leichtigkeit und größerer Bestimmtheit und Genauigkeit der Darstellung. Die Anwendung des Sprungbrettes, welches stets die gleichmäßige feste Absprungsebene für Alle darbietet, gewährt außer diesem Vortheil auch noch den, daß bei den verschiedensten Bodenverhältnissen des Uebungsraumes der Absprung stets mit Sicherheit gemacht und der Ort für denselben von den Uebenden erkannt werden kann. Der Lehrer wird nun bei dem Gebrauche des Sprungbrettes nicht vergessen, den Absprung häufig auch nur auf der gewöhnlichen Bodenfläche üben zu lassen, damit die Schüler den Sprung unter verschiedenen Verhältnissen ausführen können.

Wenn nun die Uebenden mit einiger Gewandtheit den Hochsprung darstellen, so wird zu gleichmäßiger Entwickelung der Sprungfertigkeit der beiden Beine der Sprung so geordnet, daß zunächst, bei tiefgehaltenem Seile nur das Abspringen mit dem rechten Beine gefordert und wiederholt geübt wird und hierauf ebenso das Abspringen mit dem linken Beine. Es wird dieß mit um so größerem Erfolge zu sicherer Darstellung gebracht, je mehr die Schüler gewohnt sind, die Thätigkeiten und Bewegungen der verschiedenen

Beine, wie dieselben bei den Freiübungen im Stehen, Gehen, Hüpfen und Laufen vorgekommen sind, unterscheidend auszuüben und insbesondere auch dann, wenn der Lehrer die nun folgenden Uebungen des Sprunges vorgenommen haben wird. Es dienen wie zu Allem auch hierzu vielerlei Vorbereitungsmittel, welche ferner und näher liegen und mancherlei Wege führen zu einem Ziele.

Es wird geordnet, daß die Schüler den Raum, welchen sie bisher vor dem Absprung mit Laufen zurückgelegt, nun mit Gehen durchziehen, so daß der Sprung nach einem Schritte im Gehen erfolgt und bei der mäßigeren Bewegung der schreitenden Beine, wobei auch die nähere Bestimmung des Absprunges mit rechtem oder linkem Beine geordnet wird, eine Uebung darbietet, welche zugleich die Unterscheidung des rechts oder links Abspringens an und für sich leichter macht.

Alle Uebungen, welche bisher nach einem Anlaufe gemacht worden, können nun auch nach Vorschritten (mit Angehen) gemacht werden, eine Anordnung, welche die Sprungfertigkeit eigenthümlich ausbildet und gleichsam das Springen mit Anlauf mit dem Sprung aus dem Stand vermittelt. Wenn nun der Hochsprung mit stets kürzerem Abstande der zum Sprung Anlaufenden oder im Gehen Vorschreitenden geordnet und geübt worden, läßt der Lehrer den Standsprung darstellen.

Schrittstellung rechts auf dem Sprungbrett mit Absprung des rechten Beines und Niedersprung auf beiden geschlossenen Füßen.

Schrittstellung links auf dem Sprungbrett mit Absprung des linken Beines und Niedersprung auf beiden geschlossenen Füßen.

Beidbeiniger Sprung aus der ersten Stellung, wobei mit geschlossenen Füßen der Ab- und Niedersprung erfolgt, vor dem Ab- und mit dem Niedersprung ein mäßiges Hockwippen, welches vor dem Absprung auch mehreremal aufeinanderfolgend dargestellt werden kann, ausgeführt wird. Die ge-

nannten Arten des Standsprunges werden dann auch mit Rücksicht auf bestimmte Höhe des gehaltenen Seiles vorgenommen und es wird auch bei diesen Sprungweisen der Lehrer die besondere Haltung und Bewegung der Beine zuweilen besonders fordern und hervorheben.

Beidbeiniger Sprung mit Vorhüpfen an Ort, oder mit Anhüpfen.

Beidbeiniger Sprung mit Angehen.

Beidbeiniger Sprung mit Anlauf.

Wie bisher bei den verschiedenen Sprungübungen, neben der besondern Ausführung der Sprungbewegung stets auch die Ausdehnung und Richtung des Sprunges in Höhe mit in Betracht kam, oder selbst zur vorwaltenden Absicht beim Springen gemacht werden konnte, so kann der Lehrer, mit Bezug auf die verschiedenen Arten der Sprungbewegung, in ähnlicher Weise auch den Sprung in die Weite (Länge) zum vorwaltenden Gegenstand der Uebung machen. Dabei wird das Seil stets nur niedrig über dem Boden gehalten und die Schüler werden aufgefordert, bei vorgestreckten Beinen möglichst in die Weite über das Seil fortzuspringen. Bald wird die Sprungweite dadurch an bestimmtes Ziel und Maß gebunden, daß das Sprungbrett zu kleineren oder größeren Abständen als Absprungsort vor dem Seile zu und abgerückt wird, der in die Weite Springende das Seil zu überspringen hat, bald wird auch bei nahe vor das Seil gelegtem Sprungbrett das Ziel für den Weitsprung durch ein sichtbares Zeichen, welches auf den Boden hinter das Seil gelegt wird, (etwa ein Strich in den Sand des Bodens, ein weißer Papierstreifen, ein eingesteckter Stab und dergleichen) gegeben, wobei überdieß die Uebenden an eine sehr zweckmäßige und gemessenere Sinnenthätigkeit beim Springen gewöhnt werden.

Hochsprung und Weitsprung werden dann auch zu einer Uebung verbunden, indem der Lehrer bei seinen Anordnungen, sowohl auf Höhe, wie auch auf Weite Bezug nimmt, was

bei den gegebenen Springzeugen des Seiles und Sprungbrettes auf sehr mannigfaltige Weise geschehen kann.

Hoch- und Weitspringen eignen sich auch schon bei den Darstellungen an dem Seile, das wir hier gebrauchen, sehr zu Wettübungen und der Lehrer kann schon selber, wenn die Reihe z. B. den Hochsprung bei frei gegebenem Absprung mit rechtem oder linkem Beine üben läßt, je die Schüler auffordern, vor ihrem Ablauf zum Sprunge, ihm durch ein Zeichen der Hand anzudeuten, ob er das Seil tiefer, oder höher halten solle. Die Aufmerksamkeit und der Wetteifer der Uebenden werden durch solche Uebungen sehr erregt, und es werden dieselben für die Schüler ein Sporn des Nacheiferns, die Einen wollen nicht hinter den Andern zurückbleiben.

Zweite Stufe.

Sprung und Aufhocken der Kniee nach dem Absprunge und vor dem Niedersprunge. Diese, so wie auch die nachfolgenden Uebungen, welche mit dem Springen verbunden werden, erfolgen stets in der Zeit des Sprunges, während welcher der Leib fliegt.

Sprung, Anreißen und Ausstoßen der Beine.

Sprung und gestreckte Haltung des Leibes, der Beine und Füße.

Sprung und Anziehen; oder Anziehen nur der Unterbeine zum rechten Winkel der Kniee, wobei die Oberbeine in den Hüften keine Beugung machen.

Sprung und Vorspreizen und Schließen des Beines, welches den Absprung nicht gemacht hat, ohne Mitbewegung des andern.

Sprung und Seitgrätschen, wobei nach einem mäßigen Grätschen der Beine der Niedersprung wieder mit geschlossenen Beinen erfolgt.

Sprung und Vor- und Rückgrätschen und Niedersprung mit geschlossenen Beinen.

Sprung und Fußklappen der gestreckten Beine nach dem Seitgrätschen.

Sprung und Händeklappen.

Sprung und Händeklappen auf den Schenkeln.

Sprung und Fassen der äußeren Seiten beider Kniee mit den Händen.

Sprung und Fassen der Füße der aufgehockten Beine mit den Händen.

Sprung und Vor-, Auf- oder Seitstrecken der Arme.

Sprung und Verschränken der Arme vor der Brust, oder Hüftstütz der Hände. Diese Armhaltungen können auch schon mit dem Anlauf geordnet werden.

Sprung und Kopfdrehen rechts, oder links zum Rückblick.
Sprung und Rumpf- und Kopfdrehen rechts.

Sprung und viertel, halbe oder ganze Drehung, rechts oder links.

An diese Uebungen kann der Lehrer noch folgende Veränderungen des Springens reihen:

Absprung mit einem Beine und Niedersprung nur auf dem andern einen Beine.

Absprung mit einem Beine und Niedersprung auf dem gleichen Beine, welches den Absprung gemacht.

Anhinken, Hinksprung und Niedersprung auf beiden geschlossenen Füßen.

Anlauf, Absprung mit einem Beine, Niedersprung auf ein Bein und Forthinken.

Anhinken, Hinksprung, Niedersprung auf dem Hinkbeine und Forthinken.

Die gleiche Uebung, wobei aber der Niedersprung nicht auf dem Hinkbeine erfolgt.

Sprung und Niedersprung zur tiefen Hockbeuge, oder zum Sitzhocken, wobei in gewöhnlicher Weise fortgegangen, oder im Sitzhocken fortgehüpft werden kann.

Schräger Anlauf und Sprung in gleicher Richtung.

Gerader gewöhnlicher Anlauf und Schrägsprung, wobei

beim schrägrechts das rechte Bein, beim schräglinks Springen das linke Bein gestreckt in der bezeichneten Richtung voraus spreizt, nachdem das andere Bein den Absprung gemacht hat.

Galoppanlauf vorwärts und Springen.

Seitwärtsspringen aus dem Stand.

Galoppanlauf seitwärts und Seitwärtsspringen, wobei das Bein abspringt, welches weiterstellt.

Rückwärtsspringen aus dem Stand.

Bei all den hier aufgeführten Sprungübungen verkünde der Lehrer den Schülern zum Voraus, was geübt werden soll und mache an eigener Darstellung denselben die beabsichtigte Uebung anschaulich. Dabei kann das Seil bald niedriger, bald höher gehalten werden, je nachdem es die Uebung mit sich bringt, oder der Sprung in Höhe oder Weite mit beabsichtigt wird. Ein besonderes Augenmerk hat aber der Lehrer darauf zu haben, daß jede Uebung sowohl rechts als auch links dargestellt wird, wenn nämlich dabei die Glieder der einen Seite eine andere Haltung oder Bewegung auszuführen haben, als die Glieder der andern Seite, was durchgängig in Betreff des Absprunges mit nur einem Beine der Fall ist.

Fernere Anordnungen der Sprungübungen können noch in folgenden Uebungen dargestellt werden:

Sprung von Paaren, von Dreien und Vieren, welche sich mit den Händen fassen, oder frei ohne Armverbindung den Sprung möglichst gleichzeitig ausführen.

Sprung der Einzelnen, während die eine Reihe oder zwei Reihen sich in kleineren oder größeren Kreisbahnen um den Lehrer, oder um den Springel im Gehen oder Laufen, welches außer Takt und im Takte geordnet werden kann, bewegen.

Eine wesentliche Uebung für die Schüler der zweiten Stufe ist aber zugleich immer der Sprung in die Höhe und der Sprung in die Weite, welcher bei allen Schülern, wo

möglich bis zur Schenkelhöhe der Hochspringenden, zu ein und einer halben Leibeslänge der Weitspringenden gebracht werden soll.

Wenn unsere Schüler auch in den meisten Uebungszeiten das Springen an dem vom Lehrer gehaltenen langen Seile üben werden, was schon wegen der gewonnenen Zeit und der weniger umständlichen Veränderbarkeit der Sprungweisen rathsam ist, so ordnet der Lehrer bei den Schülern der zweiten Stufe auch öfter die Ausführung des Hoch- und Weitsprunges an dem eigentlichen Sprunggeräthe für das genauere, nach bestimmten Maßen berechenbare Springen, nämlich an der über zwei Springeln gelegten Springschnur. Die Schüler sollen von Zeit zu Zeit erfahren, welches Höhenmaß sie erspringen können, mag dieß nun nach den Maßstäben eines allgemein gültigen Maßes, wie dasselbe an den Springeln angebracht ist, oder nach der Leibeshöhe der Springenden selber genommen werden. Der Weitsprung kann entweder bei niedrig gestellter Springschnur und zu verschiedenen Abständen abgerücktem Sprungbrette, oder auch nur beim Absprung vom Sprungbrett auf den ebenen Boden ohne Anwendung der Springschnur gemessen werden.

Weitsprung über den Graben.

Auf dem Turnplatz für unsere Schüler wird für den Weitsprung auch der Sprunggraben hergerichtet, nach Maßen der Tiefe, Länge und allmählig wachsenden Breite, die im Verhältnisse zu der Größe und Sprungkraft der Uebenden stehen. Die Tiefe des Grabens kann ein und einen halben bis zwei Fuß, die Länge achtzehn bis vierundzwanzig Fuß betragen, während seine Breite für die Springenden von der linken bis zur rechten Seite von drei bis neun Fuß zunehmen kann. Die Absprungsseite, welche am zweckmäßigsten zu einer steil geböschten, von festem und gestochenem Rasen gebauten Wand hergerichtet wird, muß einen möglichst gleichmäßigen unnachgiebigen und sicheren Boden für den Absprung gewähren und steht mit den drei und neun Fuß langen, in gleicher Weise geböscht und gebauten Seitenwänden im Verhältnisse von rechten Winkeln, während dagegen die Niedersprungsseite des Grabens bei einer nur mäßigen Böschung für den Niedersprung einen weichen aus sandigem Lehm, oder mit Lohe bedeckten Boden darbieten muß. Der obere Längenrand der Niedersprungsseite muß mit dem unteren Längenrand, welcher durch die wagerechte Sohle des Grabens begränzt wird, in gleichlaufender Linie liegen, damit die ganze Abdachung der Niedersprungsseite eine gleichmäßige und gleichbreite ist. Die Turnkunst denkt bei dem Weitsprung über den Graben an die Ausbildung einer Uebung, welche im Leben die meiste Anwendung des Weitsprunges findet und sucht nun beim Unterrichte die verschiedenen Darstellungsweisen des Weitsprunges, mit Beziehung auf das Eigenthümliche

der örtlichen und räumlichen Verhältnisse des Sprunggrabens zu entwickeln. Es kommt nun bei unserer Uebung des Weitsprunges nicht nur darauf an, den Leib auf verschiedene Weise von einem bestimmten Absprungsort bis zu einem bestimmten Niedersprungsort im Springen weit fortzubewegen, sondern es ist die Aufgabe für die Uebenden, damit eine andere, daß nun der Sprung über eine Tiefe erfolgen muß, was die Ungeübten und Verzagten zu Ueberwindung der Scheu, zu entschlossener That auffordert, den Geübten und Kühneren dagegen einen größeren Reiz zum Springen gewährt.

Erste Stufe.

Standsprung aus der Schrittstellung rechts und links und Niedersprung auf geschlossenen Füßen, an der linken schmalen Seite des Grabens.

Anlauf und Absprung mit einem Beine zum beidbeinigen Niedersprung, welcher überhaupt bei allen Uebungen der ersten Stufe so ausgeführt wird. Der Anlaufsort, welcher einen festen und ebenen Raum darbieten muß, ist zugleich auch, je nachdem der Sprung aus dem Stand oder mit Vorschritten im Anlaufen oder Angehen geübt wird, der Aufstellungsort der übenden Reihe, welche je mit Bezug auf die besondere Uebung in näheren oder ferneren Abständen, mit Anreihung rechts an den Führer Stirn macht gegen den Graben, in einer Linie, die mit dem Längenrand der Absprungsseite gleichlaufend ist. Für die Springer gilt die Ordnung, daß dieselben nach dem Ueberspringen des Grabens den Umzug rechts um die größte Breite des Grabens machen und sich der aufgestellten Reihe wieder anschließen, während die Einzelnen der Reihe stets auf die Stelle nachrücken, von welcher der Erste den Standsprung, das Angehen, oder Anlaufen zum Sprung begonnen. Der zweckmäßigste Aufstellungsort für den Lehrer ist vor der Reihe auf der

Stelle der Absprungsseite, auf welcher die Uebenden den Absprung ausführen, so daß der Lehrer selbst die Breite bezeichnet, welche übersprungen werden soll.

Angehen und Sprung, wie bei der vorhergehenden Uebung. Der gewöhnliche Abstand zum Anlaufen und Angehen beträgt etwa fünfzehn Schritte vor dem Graben, kann dann aber sowohl größer als auch kleiner geordnet werden.

Beidbeiniger Ab- und Niedersprung aus dem Stand, wobei die Uebenden aufgefordert werden, durch Rück- und Vorschwingen der Arme den Sprung zu unterstützen.

Bei unsern Schülern kommt es neben der richtigen Ausführung der verschiedenen Springweisen, wobei namentlich auch das Abspringen rechts oder links gleichmäßig durchzubilden ist, nun hauptsächlich darauf an, möglichst weite Sprünge über den Graben zu erzielen, was bei der gegebenen Vorrichtung des Grabens allmählig zu immer größerer Breite im Weitsprung fortzuschreiten leicht angeordnet werden kann. Der Lehrer wird die Schüler, welche beim Anlauf zum Sprung durch übermäßig lange Schritte die Wirkung des Anlaufes vermindern, auf diesen Uebelstand aufmerksam machen und bei den Niedersprüngen darauf halten, daß dabei die Uebenden nur mit den hockwippenden Beinen Fallwiderstand leisten und nicht auch zugleich mit den Armen und Händen.

Zweite Stufe.

Hierbei soll die Ausführung der Sprungweisen der ersten Stufe zu größerer Kunstfertigkeit gebracht werden und hauptsächlich der Weitsprung an den breiteren Stellen des Grabens zu größerem Maße fortentwickelt werden. Als fernere Sprungweisen können dann noch folgende vorgenommen werden.

Anlauf und Angehen zum Sprung mit einer bestimmten Zahl von Schritten.

Anhinken, Absprung mit dem Hinkbein und Niedersprung auf beiden geschlossenen Füßen.

Absprung im Hinkstand auf einem Beine und gewöhnlicher beidbeiniger Niedersprung.

Galoppanlauf vorwärts und Absprung mit dem vorgestellten Beine.

Standsprung aus der Schrittstellung rechts und links und Drehen mit viertel oder halber Drehung vor dem Niedersprung. Springt das rechte Bein ab, so erfolge die Drehung rechts, springt das linke Bein ab, so erfolge die Drehung links.

Die gleiche Uebung mit Angehen und Anlaufen.

Angehen oder Anhüpfen mit beidbeinigem Absprung und Niedersprung.

Standsprung aus der Seitschrittstellung rechts oder links und Seitwärtsspringen rechts und links, wobei das rechte oder linke Bein den Absprung macht.

Galoppanlauf seitwärts und Seitwärtsspringen, wobei das der Bewegung zugekehrte Bein den Absprung macht.

Sprung von Zweien, Dreien und Vieren.

Wir überlassen dem Lehrer die Anordnung dieser Sprungsweisen und die des für dieselben geeigneten Sprungortes an verschiedener Breite des Grabens und bemerken, daß der Weitsprung über den Graben sich besonders auch zum Wettspringen eignet.

Tiefsprung vom Tiefspringel.

Der Tiefspringel ist eine treppenartig gebaute Vorrichtung für das Springen von einer bestimmten Höhe in die Tiefe. Die Sprungtreppe für unsere Schüler wird am zweckmäßigsten an einer Mauer oder Wand angebracht und besteht aus einer eigentlichen Holztreppe, welche in schräger Richtung befestigt den Hinaufsteigenden von Stufe zu Stufe um einen halben Fuß höher über die gewöhnliche Ebene des Bodens versetzt. Die einzelnen wagerecht liegenden Stufen haben etwa eine Breite von zwei und einem halben oder von drei Fuß bei einer Tiefe von etwa fünfviertel Fuß und werden an den hervorstehenden Rändern und Ecken abgerundet. Für unsere Schüler genügt eine Treppe von sechszehn Stufen, die zu einer Höhe von acht Fuß über dem Boden führen und an einer für die Uebenden sichtbaren Stelle die Zahl der Fuße der bestimmt gemessenen Höhe haben. Ist die Sprungtreppe eine freistehende, so kann an der Seite derselben, welche dem Niedersprung abgewendet ist, eine abnehmbare Lehne von etwa drei Fuß Höhe befestigt werden, daß wenigstens nach der einen Seite ein Schutz gegen das Herabfallen geboten ist. Der ganze Boden unterhalb der Sprungtreppe muß für den Niedersprung mit dünnem, einen Fuß tiefen Sand bedeckt sein, um die Uebungen möglichst gefahrlos zu machen und sich etwa sechs bis acht Fuß weit von dem Absprungsort der Treppe ausdehnen.

Die Schüler haben schon im Leben, sowie auch beim Hoch- und Weitsprung die Ausführung des Niedersprunges, wobei der Leib mehr oder weniger in einer Bogenlinie sich bewegend,

zum Boden springend niederfällt, kennen gelernt und auch selber schon Sprünge von einer erhöhten Standfläche in die Tiefe versucht. Nun kommt es darauf an, diese eigenthümliche Art des Sprunges, welche besonders ein Bildungsmittel zur Entschlossenheit und muthigen That, bei besonnener Durchführung derselben, sein kann, turnerisch auszubilden, wenn auch, bei den Schülern unserer beiden Altersstufen, mehr mit der Rücksicht, die Uebungen möglichst auf die Ausführungsarten des Tiefsprunges zu beschränken, welche die gewöhnlichen und anwendbarsten sind. Die Aufstellungsordnung der Reihe ist die Halbkreisstellung an der Sprungseite der Sprungtreppe, wobei der Lehrer vor die Uebungsstelle tritt, die Uebung der Einzelnen von Allen gesehen wird. Der erste der Reihe besteigt die Treppe bis zu der Stufe, von welcher gerade in die Tiefe gesprungen werden soll und die Einzelnen rücken dem Ersten nach, während dieser und nach ihm Alle, welche den Sprung ausgeführt haben, sich dem Letzten der Reihe nacheinander wieder anschließen. Es gilt die Regel, daß die beim Ersteigen der Treppe Nachrückenden stets um eine oder zwei Stufen voneinander Abstand halten und daß nie ein Nachrückender sich auf gleicher Treppenstufe an die Seite, oder vor den in die Tiefe Abspringenden stelle, damit ein jeder Uebende unbehindert seinen Sprung ausführen kann und überhaupt die Anhäufung der auf beschränkter Standfläche Stehenden zu keinerlei Gefahr Anlaß gebe.

Erste Stufe.

Sprung aus der ersten Stellung beider geschlossenen Beine und Füße von der ersten Stufe der Treppe zum Niedersprung auf geschlossenen gestreckten Füßen, wobei zunächst auf den geregelten Ab- und Niedersprung gesehen wird.

Die gleiche Uebung, bei der Aufforderung, zugleich mit dem Absprung einen kleinen Sprung in die Höhe zu verbinden.

Die gleiche Uebung, bei der Aufforderung, zugleich mit dem Absprung einen kleinen Sprung in die Weite zu verbinden.

Die gleiche Uebung, bei der Aufforderung, mit dem Absprung weder einen Höhen- noch einen Weitsprung zu verbinden, daß der Sprung in die Tiefe in entschiedenerer senkrechter Richtung erfolge, wobei der Absprung des Springers, der aus seiner senkrechten Haltung und Stellung sich vorwärts neigt, mehr in Folge des aus seiner Schwebe fallenden Leibes, als durch Abstoßen der Füße von der Standfläche bewirkt wird. Die Stellung wird beim Tiefsprung für unsere Schüler immer so geordnet, daß der im Absprung Begriffene mit ganzem Fuße die Fläche des Springortes in der Höhe bedeckt, so daß kaum die Fußspitzen über den Rand der Treppenstufe hervorragen.

Sprung und Niedersprung mit tiefem Hockwippen.

Die gleiche Uebung mit der bestimmten Forderung, bei aufrechter Haltung des Oberleibes den Niedersprung zur Tiefe auszuführen.

Wenn nun der Lehrer an Uebungen die Regeln zur Anschauung gebracht hat, durch welche das Verhalten beim Tiefsprung unterschieden werden kann, so gelte für alle Tiefsprünge unserer Schüler die Sprungweise, bei welcher das Verhalten zum Absprung einen möglichst senkrechten Sprung bewirkt, der Niedersprung bei senkrechter Haltung des Oberleibes stets zur tiefen Hockbeuge erfolgt, nach welcher der Springer den gebeugten Leib wieder streckend erhebt. Anfängern, welche überhaupt schon Vorübung und Vorbegriffe im Hoch- und Weitspringen erhalten haben, fällt das Einhalten der gegebenen Regeln beim Tiefsprung nicht mehr schwer, wenn auch der Lehrer, namentlich bei größeren Tiefsprüngen und wachsender Sprungtiefe stets wieder mit erneuter Strenge die bestimmt geordnete Sprungweise fordern muß. Der Tiefsprung wird bei unsern Schülern immer so vorgenommen, daß auf der ersten Stufe der Treppe der erste Sprung beginnt und die Schüler von einer zur andern Stufe

mit jedem neuen Sprung größeres Tiefenmaß erspringen und es wird der Lehrer mehr darauf sehen, daß regelmäßige Darstellungen erzielt werden, als größere Tiefensprünge, wenn diese nämlich mit Hintansetzung der geordneten Regeln erfolgen. Sechs- bis achtjährige Schüler lernen bei stufenmäßiger Leitung leicht Tiefsprünge ausführen, welche zweimal das Maß ihrer Leibeshöhe und mehr betragen. Schwächliche, oder mit Schaden behaftete Schüler kann der Lehrer entweder ganz von der Theilnahme an diesen Uebungen ausschließen, oder er läßt dieselben nur Tiefsprünge von mäßiger Höhe herab üben.

Im Wechsel mit der gewöhnlichen Uebungsweise des Tiefsprunges werden dann auch folgende Sprungarten geordnet.

Sprung aus einer Stellung mit kleiner Hockbeuge.

Sprung aus einer Stellung mit großer Hockbeuge, wobei die Regel gilt, daß während des Fliegens des Leibes von größerer Höhe herab noch vor dem Niedersprung völlige Streckung desselben erfolgt und erst mit dem Niedersprunge selber das Hockbeugen wiederkehrt.

Sprung in die Höhe und Tiefe zugleich, von mäßiger Höhe herab.

Sprung in die Weite und Tiefe zugleich, von mäßiger Höhe herab, mit beidbeinigem Absprung, oder aus einer Schrittstellung mit einbeinigem Absprung.

Zweite Stufe.

Auch bei dieser Sprungart sollen die Schüler der zweiten Stufe die Uebungen der ersten Stufe mit größerer Geschicklichkeit ausführen lernen und im Verhältniß zu ihrer größeren Ausbildung im Springen und fortgeschrittenen leiblichen Entwickelung größere Tiefensprünge ausführen lernen. Andere Anordnungen können noch folgende gegeben werden.

Sprung und viertel oder halbe Drehung rechts oder links, von mäßiger Höhe herab.

Sprung seitwärts rechts und seitwärts links, von mäßiger Höhe herab.

Sprung rückwärts, von mäßiger Höhe herab.

Sprung aus dem Hinkstand zum beidbeinigen Niedersprung.

Sprung mit Seitgrätschen und Schließen, von mäßiger Höhe herab, bei einem Tiefsprung, oder in Verbindung mit dem Hoch- oder Weitsprung.

Wie man aus dem Stütz und dem Sitz in die Tiefe springen kann, darüber vergleiche man die unten bei dem Stemmbalken aufgeführten Uebungen. Ebenso verweisen wir in Betreff des Tiefsprunges aus dem Hang auf die unten folgenden Hangübungen.

Das Stürmen.

Wie der Turnunterricht die leibliche Bewegungskunst bald in Absicht auf die besondere Gliederthätigkeit, bald mit der Rücksicht auf deren zeitlich und räumlich gemessene Ordnung vornimmt und dann wieder die Uebungen in örtliche Verhältnisse bringt, bei welchen Geistesgegenwart, Entschlossenheit und Geschicklichkeit geweckt und erzogen werden, wir erinnern nur an die Schwebeübungen und an den Tiefsprung, so bietet der Turnplatz auch für das Stürmen an einer schrägen, schwungloseren oder schwankeren Stützfläche eigenthümliche Vorrichtungen, welche den Zweck haben, neben der Geschicklichkeit im Ersteigen derselben, ganz besonders die mit Entschlossenheit und ungewöhnlicher Heftigkeit bewirkte Bewegung herauszufordern. Wenn auch das Stürmen nicht nothwendig gerade schräge Stützflächen voraussetzt, eine stürmende Bewegung auch auf dem gewöhnlichen ebenen Boden vorgenommen werden kann, so ist doch das für unsere Sturmübungen eingerichtete schräggestellte Sturmbrett die geeignetste Vorrichtung für diese eigenthümlichen Uebungen. Wenn wir die Schwebeübungen auf dem schräggestellten Brett, auf schräger Kante und auf schrägen Stangen stets mit der vorwaltenden Rücksicht auf Schwebekunst betrieben, und gleichsam auch als Vorübungen für unsere Uebungen des Stürmens angesehen werden können, so sehen wir bei diesen von der Schwebeübung ab und haben jetzt mehr den Zweck des Ueberwindens und heftigen Ersteigens der schrägen Höhe im Auge, den entschlossenen Muth und die besonnene Kraftäußerung der Uebenden. Das Sturmbrett wird aus zwei der

Breite nach aneinander gefugten, an der untern Seite durch Querleisten verbundenen, ungehobelten Brettern zusammengesetzt, und hat eine Länge, welche von fünf Fuß bis zu zehn Fuß verschieden sein kann, bei einer Breite von zwei bis zu zwei und einem halben Fuß. Am oberen Theile des Brettes sind zwei eiserne Hacken befestigt, durch welche dasselbe, wenn es auf dem Tragriegel aufliegt, vor dem Abrutschen gesichert wird. Der Tragriegel besteht aus einem etwa fünf Zoll breiten und fünf bis sechs Fuß langen Brette, welches an beiden Enden senkrecht auf die Kante gerichtet in Ständer eingeschoben wird. Diese Ständer sind eichenholzene, etwa sieben bis acht Fuß über den Boden senkrecht hervorragende Pfosten, welche in einem Abstande im Lichten von vier bis fünf Fuß im Boden eingegraben werden, und mit einem Einschnitte versehen sind, in welchem sich der eingeschobene Tragriegel zum Niedriger- und Höherstellen auf und ab bewegen kann. Diese Einschnitte der Pfosten beginnen in einer Höhe über dem Boden von zwei Fuß und reichen bis zu einer Höhe von sechs bis sieben Fuß. Quer durch die Pfosten werden von drei zu drei Zoll Löcher gebohrt, durch welche eiserne Bolzen gesteckt sind, auf welchen der Tragriegel ruht und selber an dem untern Theil, wo derselbe auf den Bolzen aufliegt, mit einen Zoll tiefen Einschnitten versehen wird, damit keine Verschiebungen in seiner Längenrichtung möglich sind. Das ganze Gerüst für das Sturmbrett muß an einem Orte angebracht sein, der für den Anlauf auf dasselbe Raum genug darbietet und hinter demselben für den Niedersprung etwa auf sechs bis acht Schritte weit einen mit einen Fuß tiefen Sande bedeckten Boden gewährt, weil auch das Sturmbrett in vielen Fällen zum Anstürmen und Niederspringen in die Tiefe verwendet wird, die ganze Vorrichtung als Sturmspringel dienen kann. Bei den Uebungen müssen einige Sturmbretter von verschiedener Länge beschafft werden und zur Hand sein.

Erste Stufe.

Die Reihe stellt sich in Stirn seitwärts von dem Sprungbrette auf, der Erste beginnt die Uebung und geht so ab, daß für die Nachübenden die Bahn frei bleibt und reiht sich der Reihe, welche stets auf die Stelle, von welcher aus der Erste das Stürmen begonnen, den Einzelnen nach nachrückt.

Da wir voraussetzen, daß die Schüler die Schwebeübungen auf schrägem Brette schon geübt haben, so stellen wir das etwa acht bis zehn Fuß lange Sturmbrett zuerst niedrig und dann etwa so hoch, daß der Tragriegel drei bis vier Fuß über dem Boden liegt und ordnen folgende Uebungen, wobei der Lehrer sich unmittelbar hinter dem Brett aufstellt, um die Heraufstürmenden zu halten, oder um ihnen wenigstens durch seine Bereitschaft Vertrauen zu der Uebung einzuflößen. Eine andere Vorsicht kann auch bei der Legung des Sturmbrettes genommen werden, wobei dasselbe mit der einen Seite an einen Pfosten des Gerüstes angelegt wird, so daß die Stürmenden bei Erreichung der Höhe sich an diesem halten können.

Stürmen mit Anlauf und Erfassen der ausgestreckten Hand des Lehrers, Kehren und Hinabstürmen im Lauf vom Brett.

Die gleiche Uebung, wobei der erste Schritt des Sturmlaufes mit dem rechten oder linken Beine ausgeführt wird.

Stürmen mit Anlauf bis auf die Mitte des Brettes, rechts oder links Umkehren und Hinabstürmen, wobei der Lehrer die Uebenden nicht mehr unterstützt.

Die gleiche Uebung und Stürmen bis auf die Höhe des Brettes.

Wenn nun der Lehrer noch ein zweites Sturmbrett so auf den Riegel gelegt hat, daß von der einen Seite des Gerüstes das Hinaufstürmen, an der andern Seite das Hinabstürmen gemacht werden kann, so können folgende Uebungen geordnet werden.

Im Lauf an dem einen Brett Aufstürmen und Hinabstürmen auf dem andern.

Im Lauf mit Sprungschritten Aufstürmen und ebenso Hinabstürmen, wobei der Lehrer die Aufgabe stellt, mit möglichst wenig Sprungschritten die Uebung zu vollbringen und dann laut die Schritte zählt, welche die Einzelnen machen.

Im Gehen mit Sturmschritt Aufstürmen und ebenso Hinabstürmen.

An diese Sturmübungen kann der Lehrer noch folgende Uebungen reihen, wobei die Rückkehr nach dem Stürmen auf den Boden durch Tiefsprung erfolgt und nur wieder das eine Brett benutzt wird.

Stürmen bis zur Mitte oder bis zur Höhe des Brettes, rechts oder links um Drehen und beidbeiniger Niedersprung vor den Ständern an der rechten oder linken Seite des Brettes, welches dann rücklings von dem Springer liegt.

Stürmen bis zur Mitte oder bis zur Höhe des Brettes, rechts oder links um Kehren und schräg rechts oder schräg links über eine Seite des Brettes niederspringen.

Stürmen bis zur Höhe des Brettes und mit, oder ohne Erfassen der ausgestreckten Hand des Lehrers Niedersprung hinter dem Brett; anfangs bei beidbeinigem Absprung nach einem Stehen und dann mit einbeinigem Absprung ohne Unterbrechung der Bewegung durch Stehen.

Die gleiche Uebung und Weittiefsprung hinter dem Brett.

Bei allen genannten Sturmsprüngen kann bei niedrigem Stand des Tragriegels und des Brettes das Aufstürmen mit Sturmlauf, oder mit Sturmgehen geordnet werden, ist aber die Sturmfläche eine steilere und höhere, so wird stets Sturmlaufen geordnet.

Wenn auf der gleichen Seite des Sturmgerüstes zwei gleichlange Sturmbretter nebeneinander gelegt werden, so kann auch von je Zweien das Stürmen unternommen werden.

Will der Lehrer für die Länge der Sturmbahn eine noch größere Ausdehnung gewinnen, so kann er auch die Schwebe-

bank als Sturmbrett auf den Tragriegel des Gerüstes legen, oder selber mehrere Sturmbretter so übereinander legen, daß die Bahn sich von dem einen Brett auf das andere fortsetzt, die Uebenden eine Ebene von verschiedener Schräge und Schwankung durchstürmen.

Zweite Stufe.

Hier gilt es wiederum vor Allem, die Uebungen der ersten Stufe zu vollkommenerer Darstellung zu bringen, und dann auch bei verhältnißmäßig größerer Höhe und Steile des Brettes das Stürmen zu üben. Folgende Uebungen können noch vorgenommen werden.

Anlaufen und Stürmen mit einer bestimmten größeren oder kleineren Zahl der Laufschritte, wobei nach einem Kehrtmachen das Abstürmen oder der Niedersprung an der Seite des Brettes gemacht wird, oder endlich der Niedersprung hinter dem Brette geordnet werden kann.

Anlaufen und einbeiniger Absprung vor dem Brette zum möglichst hohen beidbeinigen Sturmsprung auf das Brett, worauf der Uebende mit Drehen rechts oder links um an der Seite des Brettes den Niedersprung macht.

Die gleiche Uebung und einbeiniger Sturmsprung auf das Brett, wobei entweder das linke Bein den Absprung vor dem Brette, das rechte Bein den Niedersprung auf das Brett macht, oder das rechte Bein den Absprung, das linke Bein den Niedersprung macht.

Stürmen bis zur Mitte, oder bis zur Höhe des Brettes und ohne Drehen, seitwärts rechts, oder seitwärts links mit linkem oder rechtem Beine Abspringen, zum Niedersprung an der Seite des Brettes. Die Uebung wird so geordnet, daß z. B. beim Stürmen mit zwei Schritten das Brett betreten wird, wobei, wenn seitwärts rechts zum Niedersprung abgesprungen werden soll, das rechte Bein den Sturmlauf auf dem Brette beginnt, worauf mit dem zweiten Schritt das

linke Bein den Absprung ausführt. Soll der Niedersprung seitwärts links mit Absprung des rechten Beines ausgeführt werden, so beginnt beim Stürmen das linke Bein den Lauf auf dem Brette und das rechte Bein macht mit dem zweiten Schritt zugleich den Absprung.

Stürmen bis zur Mitte, oder bis zur Höhe des Brettes und ohne Drehen, seitwärts rechts oder seitwärts links mit rechtem oder linkem Beine Abspringen, während das andere Bein spreizend vor dem abspringenden Beine nach innen vorüber geschwungen wird und der Niedersprung beider wiedergeschlossener Beine auf der Seite des Brettes erfolgt.

Diese Sturmübung wird so geordnet, daß beim Abspringen des rechten Beines seitwärts rechts z. B. zwei Laufschritte auf dem Brette bestimmt werden, von welchen der erste mit dem linken Beine, beim Abspringen des linken Beines seitwärts links, der erste zweier Laufschritte auf dem Brette mit dem rechten Beine gemacht wird.

Anlauf, Sturmniedersprung eines Beines möglichst hoch auf das Brett und Niedersprung hinter dem Brette, welches eine verhältnißmäßige Länge zum Uebenden haben muß. Dieses Sturmspringen wird so geübt, daß das rechte oder linke Bein den Absprung vor dem Brette, das linke oder rechte Bein den Niedersprung auf das Brett macht. Auch hier kann man sich des gewöhnlichen Sprungbrettes zur Regelung des Absprunges vor dem Brette bedienen.

Stürmen und Weittiefsprung hinter dem Brette in die Wette, bei beliebiger oder gemessener Zahl der Laufschritte auf dem Brette.

Stürmen und Hochtiefsprung über einen dünnen Stab, welchen der Lehrer, der hinter dem Brette aufgestellt ist, hält.

Stürmen und Drehen zur viertel oder halben Drehung rechts oder links um, während des Sturmspringens hinter das Brett.

Stürmen und Schrägrechts- oder Schräglinks-Sturmspringen hinter das Brett.

Stürmen mit Galopplauf rechts oder links und Sturmsprung hinter das Brett.

Stürmen mit Galopplauf seitwärts rechts, oder seitwärts links und Sturmsprung hinter das Brett, wobei das Brett nicht sehr steil gelegt werden darf.

Stürmen und Sturmspringen hinter das Brett in den Sprungweisen, welche wir beim Tiefsprung näher beschrieben, z. B. das Seitgrätschen vor dem Niedersprung auf geschlossenen Füßen, nach einbeinigem Absprunge von dem Brette, ferner Streckung des ganzen Leibes vor dem Niedersprung und nach dem einbeinigen Absprunge vom Brette und andere Uebungen mehr.

Hantelübungen.

Die Uebungen der Arme in Haltung und Bewegung, die wir bei unseren bisher beschriebenen Turnarten mit der Bedeutung, die Thätigkeiten dieses Gliederpaares während der Zustände des Stehens, Gehens, Hüpfens, Springens und Laufens in Unterscheidung und Maß zu bringen, beschrieben haben, können nun von Seite der Turnkunst bei Anwendung verschiedener Geräthe eine vielfältige Anwendung finden und auf Zwecke verschiedener Art gerichtet werden.

Der Hantel, zwei durch einen gebogenen Griff von der Länge einer Handbreite verbundene Kugeln, bildet ein Turngeräth, das von je einer der beiden Hände erfaßt dazu dienen soll, die Arme in ihren Uebungen zu belasten und zugleich mit den Armen auch Rumpf und Beine zu kräftigen, indem die Ueberwindung der Schwere der Hantel die Arme bei den verschiedenen Haltungen und Bewegungen in größere Anstrengung versetzt und mit der Rückwirkung der Armübungen auf den ganzen Leib in gleichem Verhältnisse dessen Betheiligung bei der Armübung in Anspruch nehmen. Der Hantel kann von Holz oder Gußeisen gefertigt werden und hat bei verschiedener Größe auch ein verschiedenes Gewicht. Für unsere Schüler, wenn wir deren Zahl z. B. zu Sechsunddreißig annehmen, genügt es, wenn achtzehn Paar halbpfündige Hanteln und ebenso viele Paare einpfündiger Hanteln beschafft werden, damit für die Schüler der verschiedenen Uebungsstufen verschiedene Hanteln vorhanden sind und im Wechsel die eine Schülerhälfte einer Abtheilung mit Hanteln üben kann, während die andere ohne dieselben gleichzeitig Uebung hat.

Die Hantelübungen eignen sich vorzugsweise zur Betreibung beim Winterturnen in geschlossenen und beschränkteren Turnräumen. Wir geben für unsere Schüler folgende Uebungen.

Erste Stufe.

Die Aufstellungsordnung der Schüler, welche stets mit Rücksicht auf die beabsichtigten besondern Uebungen und den gegebenen Uebungsraum eine wechselnde sein kann, überlassen wir dem Lehrer.

Auf- und Abschwingen der gestreckten Arme durch die senkrechte Ebene vorlings von den Schultern, welches nach dem Zählen des Lehrers im Takt auf Dauer geübt wird. Die Schüler stehen dabei in der zweiten Stellung.

Dauerhalte der vor-, seit-, oder aufgestreckten Arme während des Stehens oder Taktgehens.

Vor- und Abschwingen der gebogenen oder gestreckten Arme; Seit- und Vorschwingen der gebogenen oder gestreckten Arme in wagerechter Ebene zur Schulterprobe.

Auf- und Abschwingen der gebogenen oder gestreckten Arme mit Rumpfwippen im Vorwärtsbeugen und Wiederaufstrecken des Rumpfes während der gegrätschten Stellung zum „Sägemann."

Vorstoßen und Anreißen der Arme; Seitstoßen und Anreißen der Arme; Abstoßen und Anreißen der Arme; Aufstoßen und Anreißen der Arme.

Zweite Stufe.

Kreisschwingen beider gestreckten Arme nach vorn und ebenso nach hinten in der zweiten Stellung.

Gegenschwingen beider gebogenen oder gestreckten Arme nach vorn und hinten, wobei der eine Arm nach der einen Richtung schwingt, während der andere Arm in der entgegengesetzten Richtung schwingt.

Gegenschwingen beider gebogenen oder gestreckten Arme nach oben und unten, wobei beide Arme die Bewegung aus verschiedener Haltung beginnen.

Schwingen beider schräg nach unten gehaltenen, gebogenen oder gestreckten Arme ohne Rumpfdrehen zum „Mantel", wobei die gegenschwingenden Arme vor und hinter dem Leib sich mit den Hantelkugeln berühren.

Schwingen beider schräg seitwärts nach unten gehaltenen, gebogenen oder gestreckten Arme mit Rumpfdrehen rechts und links, wobei die Arme in ihren Gelenken keine Bewegung machen und das Drehen des Rumpfes hauptsächlich die Armbewegung bewirkt. Die Uebenden stehen in einer Grätschstellung.

Die gleiche Uebung auch bei seitwärts gehaltenen Armen, welche in wagerechter Ebene schwingen.

Seithalte der gestreckten Arme und rasches Gegendrehen beider Arme und Hände.

Die gleiche Uebung auch bei Vor-, Auf- und Abhalte der gestreckten Arme.

Unterarmdrehen der in verschiedener Armhaltung gebogenen Arme.

Rasches Gegenbeugen als Kamm- und Ristbeugen durch die Streckhalte der Hand hindurch, bei verschiedener Haltung der gestreckten oder gebogenen Arme; das sogenannte „Aufkippen der Hände."

Gegenkreisen der Hände nach Innen, oder nach Außen, bei gebeugt gehaltenen Armen.

Gegenschwingen der Unterarme, welche schräg aufwärts vor der Brust gehalten werden nach Innen und Außen.

Es kommt darauf an, daß nun der Lehrer diese Uebungen mit den Hanteln, welche sich noch vervielfältigen lassen, zu Erreichung der besonderen Zwecke in bestimmter Weise nach Zeit und Raum ordne. Zum Ausruhen zwischen den Uebungen kann von Zeit zu Zeit das Ablegen der Hanteln vor die Füße geboten werden. Wenn die Hantelübungen das Eigen-

thümliche haben, daß in Folge der Schwere des Geräthes die sonst freieren Armübungen zugleich mehr Gemessenheit und Regelung erhalten, so kann der Lehrer die Hantelübungen auch so mit dem Gehen, Hüpfen, Springen und Laufen verbinden, daß dabei die durch die Belastung der Arme erschwerte Ausführung vorzugsweise ins Auge gefaßt wird und es können selber die Uebungen am langen Schwungseil so dargestellt werden, daß dabei die Uebenden die Hanteln in bestimmter Weise halten oder bewegen.

Uebungen mit den Handklappern.

Die Turnkunst steht mit den Uebungen des Lebens im lebendigsten Verkehre, sie nimmt solche aus demselben und entwickelt sie für sich, um sie geordneter und kunstvoller ausgebildet dem Leben wieder zurückzugeben. So ist es auch mit den Uebungen der Handklappern, welche die Jugend bei der Wiederkehr der Jahreszeiten im Wechsel mit andern Spielen treibt. Wir verwenden auch diese Uebungen beim Turnunterrichte, verfolgen damit den Zweck einerseits die kleineren und feineren Armbewegungen an dem hörbaren Schall dieses rhythmischen Tonwerkzeuges auszubilden und andrerseits wollen wir damit dem Jugendtrieb und der Lust an geschickter Klapperübung begegnen, die Schüler mit ihrem eigenen Spielzeug freier und gewandter umgehen lehren.

Für rechte wie linke Hand wird ein Paar Handklappern von den Schülern, welche dieselben in der Tasche nachtragen, beschafft. Diese fertigen die Klappern meist selber aus dünnen, etwa drei bis vier Zoll langen, dreiviertel Zoll breiten Brettchen von hartem, trockenem Holze, an deren oberen Griffseiten zum Halten zwischen Zeichen- und Mittelfinger für das eine Brettchen und zwischen Mittel- und Ringfinger für das andere Brettchen, bis etwa in die halbe Breite des Brettchens ein Einschnitt, der möglichst rund und abgeglättet gearbeitet sein muß, angebracht wird. Während mit Daumen-, Mittel- und Zeichenfinger das eine Klapperhölzchen festgehalten wird, wird das andere zwischen Mittel- und Ringfinger gelegte Hölzchen nur locker gehalten und es kommt darauf an, durch kurzes Gegenschwingen und schnelles Seit-

beugen und Drehungen der Hand die Schläge der Klappern rhythmisch zu bewältigen. Findet der Lehrer bei den Spielen seiner Schüler die Klappern bereits vor, so werden die größeren Genossen die geschicktesten Anleiter zu diesen Uebungen für die jüngeren Schüler und der Lehrer braucht nur die Aufmunterung zu geben, daß die Einen die Andern lehren und diesen bei Fertigung und Handführung der Klappern zur Seite stehen und man wird sich bald überzeugen, wie selbst schon kleine, vier- bis fünfjährige Schüler geschickte Klapperer werden.

Wir betreiben die Klapperübungen vorzugsweise beim Winterturnen und gebrauchen im Wechsel mit der gewöhnlichen Klapper auch die Kastagnetten, welche namentlich durch geschickte schwungvolle Beugkraft der Finger und Hände in Bewegung gesetzt wird. Für das Spielen mit beiden Klapperzeugen sind Anschauungen nöthig, die sich dann leicht von einem Orte zum andern fortpflanzen.

Erste Stufe.

In jedem Land, wo Kriegsübungen zu Hause sind, gibt es auch bekannte Märsche und Zeichen für die Trommel, welche bei ihrer rhythmischen Verschiedenartigkeit und mit Rücksicht auf ihren besondern Zweck auch verschieden benannt werden und der Jugend leicht bekannt werden können. Solche Märsche und Kriegszeichen mit dem Trommelschlag machen die ersten Uebungen unserer Schüler aus und der Lehrer läßt die Aufgestellten in Reihe und Glied auf den Befehl solche Märsche oder Zeichen gleichzeitig und im Takte darstellen, wobei stets verlangt wird, daß beide Hände mit Klappern versehen und gleichmäßig bethätigt sind. Sobald die Schüler die Uebungen mit gleichem Schlag ausführen können, läßt der Lehrer die Reihen zugleich mit der Klapperübung das Taktgehen an Ort oder von Ort beginnen, so daß die Bewegungen der Arme und Beine in rhythmischer Ordnung

übereinstimmen, was namentlich dann leicht herbeigeführt wird, wenn mit den guten Takttheilen des Klappermarsches das Stampfen je eines linken Trittes mit dem Beine geordnet wird. Erst wenn diese Vorbereitungen vorausgegangen sind, kann der Lehrer etwa folgende Klapperübungen vornehmen.

Es wird den Aufgestellten geboten: Acht! Hände zum Klappern! — An!, worauf die Arme in die für das Klappern geeignetste Haltung angezogen, die Hände mit gesenkten Klappern zwanglos vor dem Leibe gehalten werden. Dann ruft der Lehrer z. B.: Acht! Sechs Schläge mit den Klappern beider Hände! in folgenden schnelleren oder langsameren Zeiten, welche der Lehrer durch Zählen bestimmt, — Klappt!. Diese Uebungen werden bald zu größerer oder kleinerer Zahl der Schläge, welche in schnelleren oder langsameren Zeiten geordnet werden, geboten, bis die Schüler sich gewöhnt haben, zugleich mit der gemessenen Darstellung das Geräth so zu beherrschen, daß dasselbe in bestimmter Weise tönt oder geräuschlos in Ruhe und Stille gehandhabt wird, was bei der rührigen Jugend oft so viel Bedeutung hat, als die Enthaltung von jeder andern Willkührlichkeit in der Leibesübung.

Schon diese Uebungen können von einem gewandten Lehrer auf sehr mannigfaltige Weise verändert werden und das gemessene Führen der Klapper entwickeln helfen.

Dann kann geboten werden: Acht! Wirbel mit beiden Armen! — Klappt!, worauf das Wirbeln mit den Klappern so lange fortgesetzt wird, bis der Lehrer das Zeichen zum Schlusse der Uebung gibt, oder während des Klapperns ruft: Mit rechts Beinstampfen! — Halt!, worauf der Wirbel endet. Es kann auch die Dauer des Wirbels durch Zählen an bestimmte Zeit geknüpft werden, so daß der Lehrer die Wirbel nach Schrittzeiten als Wirbel von längerer oder kürzerer Dauer ordnet und gebietet: Acht! Kleiner Wirbel von einer Schrittzeit! — Klappt!, oder Wirbel von zwei, drei und mehr Schrittzeiten! — Klappt!.

Dann kann geboten werden: Acht! Taktgehen an Ort

(oder von Ort) und ein Klapp je mit dem linken (oder rechten) Tritt! — Marsch!, oder es wird geordnet, daß je bei jedem linken und rechten Tritte des Taktganges mit einem Schlag der Klappern ein Klapp ausgeführt werde. In gleicher Weise kann auch in Verbindung mit den Tritten des Taktganges je ein kleiner Wirbel von einer Schrittzeit geordnet werden.

Wenn die Schüler in diesen Uebungen einige Fertigkeit erlangt haben, so kann der Lehrer diese Klapperübungen so ordnen, daß die Arme dabei nicht die gewöhnliche Haltung haben, sondern z. B. mehr seitwärts oder vorwärts gehalten werden, wenn auch bei den Schülern unserer Stufe mehr darauf gesehen werden muß, daß überhaupt die einfache und gewöhnliche Armgeschicklichkeit gleichmäßig von beiden Armen durchgebildet werde.

Wie mit dem gewöhnlichen Taktgehen, so kann der Lehrer auch die rhythmische Klapperübung mit andern Bewegungsarten, z. B. mit dem Kibitzgang und Hüpfen, mit Hopsergang, mit Kniewipphüpfen, Schottischhüpfen, mit Wieggang- und Hüpfen in übereinstimmender Weise ordnen und er wird sich überzeugen, wie die eine Bewegung die andere in Beziehung auf Maß und Ordnung entwickeln hilft und wie sogar in Verbindung mit den Bewegungen der Einzelnen in den leichteren Ordnungsübungen ihrer Gliederungen die Klapperübungen keine große Schwierigkeit mehr finden.

Zweite Stufe.

Den Aufgestellten wird geboten: Acht! Hände zum Klappern! — An!; Ein Klapp mit der linken Hand! — Klappt!; Zwei, drei, vier oder mehr Klappe links! — Klappt!, worauf dann die Uebungen ebenso für die rechte Hand geboten werden. Hierauf kann etwa folgen: Acht! Einmal Links-, Rechts Klappen! — Klappt! und dann: Rechts-, Links Klap-

pen! — Klappt!; Links, Rechts, Links Klappen! — Klappt!; Rechts, Links, Rechts Klappen! — Klappt!. Diese Uebungen können dann auch in Verbindung mit dem gleichzeitigen Stampfen der Beine gleicher Leibesseiten gebracht und ausgeführt werden, oder es wird geboten: Acht! Fortgesetztes Taktklappen links und rechts, links Anklappen! — Klappt!. Dabei kann geordnet werden, daß die Arme je mit einem kleinen Schwung seitwärts nach Außen die Bewegung zum Klappern ausführen und daß die Klappernden ihr Taktgehen nach den Schlägen der Klappern ordnen.

In gleicher Weise, wie bei dem ein- oder wechselarmigen Klappern nur je einfache Schläge dargestellt wurden, kann nun für die Arme stets ein kleiner Wirbel von der Dauer einer Schrittzeit geordnet und es kann überhaupt das ein-, wechsel- und beidarmige Klappern auf die mannigfaltigste Weise der verschiedenen aufeinanderfolgenden Uebungen in Wechsel gebracht werden.

Unsere Schüler haben jetzt schon Geschick, kleinere und größere rhythmische Reihen von Schlägen, welche der Lehrer etwa vorklappt oder vorsingt, mit der Klapper nachzuklapern, z. B. den Wachtelschlag, die Rhythmen der verschiedenen Tritte ihrer Bewegungsarten, wie wir dieselben oben angegeben haben, und selbst leichte Rhythmen bekannter Marschlieder. Nun können etwa folgende Uebungen vorgenommen werden: Acht! Kibitzgang und drei Klapperschläge nach dem Rhythmus der Bewegung (Wachtelschlag) je bei linkem (oder rechtem) Kibitzschritt! Links antreten! — Marsch!; oder die drei Schläge werden für jeden Schritt links und jeden Schritt rechts gefordert. Ferner kann beim Wieggang geordnet werden, es sollen nach dem Rhythmus der Bewegung, je beim Wiegschritt links (oder rechts) drei Klapperschläge, oder ein Wirbel von der Dauer dreier Schrittzeiten eines Wiegschrittes geklappt werden. Beim Hopsergang kann je bei einem linken oder rechten Hopserschritt ein Schlag oder

kleiner Wirbel, beim Schottischhüpfen können je bei einem Hupfe links oder rechts vier Schläge geboten werden, oder je ein Wirbel zugleich mit dem ersten Tritt eines Hupfes links und eines Hupfes rechts.

Der Lehrer kann hieraus ersehen, wie verschiedenartig die Anordnungen des Klapperns in seiner Verbindung mit den rhythmischen Bewegungsarten der Beine sein können und wird nun selber die Geübteren bei Darstellung der verschiedensten Ordnungsübungen ihre Bewegungen mit dem Spiel der Klappern begleiten lassen, wodurch diese Ordnungsübungen zugleich eigenthümliche Arm- und Beingeschicklichkeit entwickelnde Darstellungen werden, welche nach gewonnener Fertigkeit für die Uebenden ein wahres Spiel der Kunst und Lust sind.

Eine noch größere Ausbildung erhalten die Klapperübungen, wenn neben der für das Klappern erforderlichen Bewegung der Arme das Klappern zugleich mit den Armschwüngen und Armstößen, mit dem Vor- und Nachkreisen beider Unterarme in Verbindung gebracht und geübt wird, ferner wenn im Wechsel mit Rhythmen, welche durch die Bewegung der stampfenden oder schlagenden Beine tönend hervorgehoben werden, die Arme mit den Klappern ihre Rhythmen schlagen, oder, wenn zugleich mit den Uebungen am langen Schwungseile auch Klapperübungen dargestellt werden, was näher zu beschreiben wir uns für die entwickelteren Alters- und Uebungsstufen vorbehalten wollen.

Der schauende Lehrer wird bald beobachten können, welchen Einfluß diese Klapperübungen auf die Ausbildung der Armgeschicklichkeit im Allgemeinen und besonders auf die geordnete und gemessene Bewegungskunst der Arme haben und wie durch dieses Turngeräth gerade solche Bewegungen für die Sinne meßbar werden, welche durch keine andere Turnübung so kunstvoll entwickelt werden können, während zugleich auch die Uebenden in der Kunst der Unterscheidung

und Aeußerung der mannigfaltigsten Rhythmen Gewandtheit erhalten, was auf das gesammte Wesen des Schülers und deren geordnetes Leben in der geistigen und leiblichen Bewegung von großem Werthe ist und ihren Sinn für das Maßvolle überhaupt wesentlich erziehen hilft.

Uebungen mit dem kleinen Schwungseil.

Diesen Uebungen, bei welchen sich die Hüpfenden, Springenden oder Laufenden selber mit den Armen das Seil im Kreise schwingen, die Bewegungen der Arme in Uebereinstimmung mit den Bewegungen der Beine gebracht werden, sind der Kinderwelt meist bekannt und der Turnunterricht sucht dieselben zu einem geregelten Erziehungsmittel, das bei den Schülern die Lust an kunstvoller Bewegung sehr befördern hilft, fortzuentwickeln. Das kleine Schwungseil muß ein Längemaß haben, welches je nach den einzelnen Uebenden selber genommen und dadurch am zweckmäßigsten ermittelt wird, daß der Uebende das Seil mit beiden Händen an seinen Enden erfaßt, sich auf dasselbe stellt und dann die Enden des Seiles mit den Händen aufzieht. Die Theile des Seiles, welche nun beim Anstraffen desselben die untere Seite der Schultergelenke berühren, gelten für die Endtheile, bei welchen der Schwinger das Seil erfaßt und an welchen die hölzernen Handgriffe desselben befestigt werden. Diese Griffe bestehen aus handlangen bequem faßbaren Hölzern, welche der Länge nach durchbohrt sind, damit das Seil durchgesteckt werden kann und gewähren den Vortheil, daß damit die Schwünge des Seiles leichter zu bewältigen sind, das Seil selber zu verschiedenen Maßen der Länge gerichtet werden kann, wenn nämlich das durch die Griffe gesteckte Seil mit leicht lösbaren Knoten, welche das Herausfallen desselben verhindern und an verschiedenen Theilen des Seiles gemacht werden können, versehen ist. Die Dicke des Seiles braucht das Maß von drei bis vier Linien nicht zu übersteigen, es

muß aber das Seil bei lockerer Drehung eine Schwere haben, welche die Schwungkraft desselben befördert. Es führt jeder Schüler sein Schwungseil mit sich, indem er dasselbe um die Hüften schlingt, oder in anderer Weise mit sich trägt. Meist finden sich solche Schüler, welche schon verschiedene Seilübungen darstellen können und für die Neulinge in dieser Kunst Vorbilder sind, oder es zeigt der Lehrer selber an verschiedenen Uebungen die ganze Behandlungsweise derselben. Für den geordneten Unterricht geben wir nun folgende Reihe von Uebungen, wobei die Schüler in einer Reihe aufgestellt einzeln üben, oder mit Gewährung von Seite des Lehrers in freier Ungebundenheit auf verschiedenen Stellen des Uebungsraumes vertheilt die Seilübungen betreiben, um nach einiger Zeit wieder in geordneter Reihe aufgestellt den Einzelnen nach dem Lehrer das Gelernte kund zu geben.

Erste Stufe.

Beidbeiniges Hüpfen an Ort, oder von Ort und Seilschwingen vorwärts bei jedem Hupf. Wird anfangs außer Takt und dann mit Takthüpfen und Taktschwingen geübt, so daß je in dem Zeitpunkte, in welchem der Hüpfende fliegt, das Seil unter den Füßen durchschwingt. Die Uebung wird bei langsamer oder schneller aufeinanderfolgenden Hüpfen und Schwüngen geordnet, was überhaupt auch bei allen folgenden Uebungen gilt.

Die gleiche Uebung mit der besondern Forderung, das Schwingen des Seiles mit möglichst geringer Theilnahme der Oberarme, vorzugsweise durch die Kreisbewegung der Unterarme zu bewirken. Ueberhaupt muß der Lehrer die Schüler gewöhnen, das Schwingen immer gleichmäßiger und ohne überflüssige Kraftverschwendung ausführen zu lernen, wenn dieß auch nur allmählig erreicht werden kann.

Wechselbeiniges Spreizhüpfen an Ort, oder von Ort und Seilschwingen bei jedem Hupf.

Stehen und Seilschwingen seitlings rechts, oder seitlings links vom Leibe im Takte. Hierbei läßt der Lehrer die Schüler das Seil zuerst an beiden Griffen mit nur einer Hand fassen und die Schwünge werden nur von einem Arme bewirkt.

Die gleiche Uebung, wobei die Schwünge mit beiden Händen ausgeführt werden, beide Griffe von beiden Händen gefaßt werden.

Stehen und Taktschwingen seitlings rechts und seitlings links vom Leibe im Wechsel durch beide Schwungebenen. Wird zuerst nur mit einarmigem und dann mit beidarmigem Schwingen geübt.

Alle genannten Uebungen während des beidbeinigen Takthüpfens an Ort, wobei die Schwünge in übereinstimmendem Takte mit dem Hüpfen geordnet werden.

Beidbeiniges Takthüpfen an Ort und gewöhnliches Schwingen (oder Durchschlag) unter den Füßen, je bei einem ersten von zwei Hüpfen. Dabei ordnet sich die Schwungbewegung der Arme so, daß zwei Hüpfzeiten auf eine Schwungzeit kommen.

Taktlaufen an Ort oder von Ort mit mäßigem Aufschnellen der Kniee und Taktschwingen bei jedem Hupf.

Die gleiche Uebung und Schwingen je bei einem linken oder rechten Hupf, so daß zwei Hüpfe in einer Schwungzeit erfolgen.

Galopphüpfen vorwärts, rechts oder links und Schwingen bei jedem Galopphupf.

Hinken rechts oder links und Schwingen bei jedem Hupf. Wird an Ort und von Ort geübt.

Die gleiche Uebung und Schwingen je bei einem ersten von zwei aufeinanderfolgenden Hüpfen.

Zweite Stufe.

Beidbeiniges Hüpfen seitwärts rechts oder links und Vorwärtsschwingen; ebenso mit rückwärts Hüpfen.

Beidbeiniges Hüpfen und Schwingen mit der besondern Forderung, daß die Schwungbewegung der Arme nur durch Handkreisen bewirkt wird, eine Anordnung, die der Lehrer so viel wie immer möglich aufrecht erhalten wird, es sei denn, daß anderes beabsichtiget wird.

Kniewipphüpfen mit mäßiger Kniebeuge und Schwingen bei jedem Hupf, oder nur je bei einem linken, oder rechten Hupf; wird an Ort und von Ort geübt.

Die gleiche Uebung mit Hüpfen seitwärts rechts, oder seitwärts links und Vorwärtsschwingen; ebenso mit rückwärts Hüpfen.

Beidbeiniges Hüpfen und abwechselndes beidarmiges Schwingen unter den Füßen und seitlings rechts, oder seitlings links vom Leibe.

Die gleiche Uebung, wobei je im Wechsel des Schwingens seitlings rechts und links vom Leibe, nach einem Schwingen seitlings ein Durchschlag unter den Füßen hindurch erfolgt.

Beidbeiniges Hüpfen, wobei je drei beidarmige Schwünge mit drei Hüpfen unter den Füßen hindurch und je drei einarmige Schwünge bei gleichvielen Hüpfen seitlings rechts, oder seitlings links vom Leibe im Wechsel aufeinanderfolgend dargestellt werden. Es kommt dabei darauf an, die Schüler in der Geschicklichkeit des Wechselns der Seilgriffe von einer Hand in beide Hände und umgekehrt von beiden Händen in nur eine Hand, ohne Unterbrechung der Schwungbewegung des Seiles und während der gemessenen Hüpfbewegung auszubilden.

Die gleiche Uebung, wobei bei jedem zweier Hüpfe, beim ersten das Seil mit einer Hand seitlings vom Leibe, beim zweiten Hupfe das Seil mit beiden Händen unter den Füßen hindurch geschwungen wird.

Galopphüpfen vorwärts rechts, oder links, wobei z. B. bei sechs Hüpfen das Seil mit beiden Händen unter den Füßen hindurch geschwungen und bei den sechs nachfolgenden Hüpfen das Seil beid- oder einhandig sechsmal seitlings vom Leibe

geschwungen wird und hierauf stets nach sechs Hüpfen dieser Schwungwechsel wiederkehrt.

Galopphüpfen seitwärts rechts, oder links und Vorwärtsschwingen bei jedem Hupfe, oder je bei dem ersten von zwei Hüpfen.

Kniewipphüpfen oder Spreizhüpfen wechselbeinig in der Weise, daß auf jedem Beine aufeinanderfolgend zwei Hüpfe ausgeführt werden und Seilschwingen bei jedem Hupfe, oder nur je bei dem ersten Hupfe des rechten und linken Beines. Wird während des Hüpfens an Ort, dann aber auch beim Hüpfen in den Richtungen vorwärts, rückwärts, seitwärts rechts und seitwärts links dargestellt.

Hopsergang vorwärts und Seilschwingen bei jedem linken und rechten Hopserschritt, oder nur je bei einem linken oder rechten Hopserschritt.

Schottischhüpfen vorwärts und Schwingen je bei dem im letzten der vier Achtel der Bewegung eines Schottischen Hupfes erfolgenden Hupfe, so daß je auf vier Hüpfschrittzeiten ein Schwung kommt.

Wieghüpfen vorwärts und Schwingen je bei dem im letzten der sechs Achtel der Bewegung eines Wieghupfes erfolgenden Hupfe, so daß je auf sechs Hüpfschrittzeiten ein Schwung kommt.

Schottischhüpfen und Wieghüpfen mit Seilschwingen werden dann auch so dargestellt, daß die Bewegung des Hüpfenden an Ort, vorwärts, rückwärts oder nach beiden Seitenrichtungen hin erfolgt. Dabei kann ferner noch geordnet werden, daß im Wechsel ein Schwung unter den Füßen und ein Schwung seitlings vom Leibe erfolgt.

Hüpfen und viertel oder halbe Drehungen rechts oder links bei jedem Hupf und Schwung.

Hüpfen und Schwingen während sich der Uebende in größeren oder kleineren Kreislinien bewegt.

Beidbeiniger Sprung und Doppelschwung (oder Doppeldurchschlag) unter den Füßen hindurch, wobei nun auf eine

Sprungzeit zwei Schwünge kommen. Kann auch so geregelt werden, daß je nach zwei Hüpfen, bei welchen je ein Schwung erfolgt, ein Sprung ausgeführt wird mit Doppelschwung. Die Uebung wird an Ort und von Ort in der Richtung vorwärts dargestellt.

Hüpfen und Rückwärtsschwingen des Seiles. Wenn zuerst die Uebung mit leichteren Hüpfarten an Ort dargestellt worden, so kann auch das Rückwärtsschwingen während des Vorwärts- und Rückwärtshüpfens und des Hüpfens in beiden Seitrichtungen geübt werden und findet nunmehr keine große Schwierigkeit mehr für die Schüler, welche im Vorwärtsschwingen Gewandtheit haben und der Lehrer kann nun auch das Takthüpfen und Taktschwingen von kleineren in Stirn oder Flanke gestellten Reihen von Zweien, Dreien, Vieren und Mehreren ordnen und darstellen lassen.

Stemmübungen.

Unsere Schüler hatten sich bei all den bisher beschriebenen Turnarten stets in solchen Zuständen leiblicher Haltung und Bewegung zu üben, welche wesentlich durch die Thätigkeit der Beine im Tragen des Leibes, durch die Stemmkraft der Beine bewirkt werden, in den Zuständen, welche im Leben die gewöhnlichste und freieste Leibesübung möglich machen. Der Turnunterricht verfolgt nun die weitere Aufgabe, die Kräfte und Geschicklichkeiten, welche im Leben und der natürlichen Anlage des Leibes gemäß eine eigenthümliche Thätigkeit der Arme ausmachen, in Uebungen und Künsten aller Art erzieherisch auszubilden. Noch bevor das Kind frei von den Beinen allein getragen wird und sich auf denselben fortbewegen lernt, gebraucht es seine Arme zur Unterstützung der Beine und des Rumpfes, sobald sich dasselbe vom Boden aufrichten und fortbewegen will. Erst bei wachsender Kraft und Geschicklichkeit der Beine tritt die Nachhülfe der Arme allmählig und endlich ganz zurück, das Kind steht, geht, hüpft, läuft und springt frei auf den Beinen und gebraucht die Arme für allerlei andere Geschäfte in Uebungen aller Art. Wie überall das Leben wieder dahin zurückführt, von wo es ausgegangen, so ist es auch in der Entwicklung der leiblichen Bewegungen. Das Kind will sich in allerlei Künsten versuchen, es spielt mit seiner Bewegung und so finden wir, wie dasselbe bald wieder die Arme zum Gehen auf Händen und Füßen, zum Stehen auf Armen allein, z. B. auf Stühlen und Bänken, in mannigfachster Weise gebraucht und verwendet. Auch unsere Schüler, welche die ersten Lebensalter

bereits zurückgelegt haben, treiben allerlei Künste, bei welchen das Stemmen auf Armen nicht die kleinste Anwendung findet, wenn auch das Stemmen im Knieen und Sitzen, das vom frühesten Alter an schon in Uebergangszuständen das Stehenlernen vermitteln half, noch in gleichmäßiger Weise bei ihren Bewegungen in Uebungen fortbesteht.

Stemmübungen am Barren.

Mit Rücksicht auf solche Stemmübungen, auf andern als den gewöhnlichen Gliedern zum Stehen sucht nun auch der Turnunterricht das Stemmen in einfacheren und zusammengesetzteren Uebungen, in vielfältigen leichteren und schwereren Künsten auszubilden und die Turnkunst bedient sich dabei, neben der gewöhnlichen Bodenfläche, eigenthümlicher Vorrichtungen und zweckmäßig gebauter Geräthe verschiedener Art. Unter diesen Stemmgeräthen nimmt der Barren wohl die erste Stelle ein. Für den Unterricht unserer größeren Schülerzahl und der damit gegebenen Rücksicht auf gleichzeitiges Ueben Mehrerer muß unser Barren eine Länge von vierundzwanzig bis dreißig Fuß haben. Die Höhe der Holme mit den Ständern über der Bodenfläche darf für die jüngere Altersstufe nicht mehr als zwei und einen viertel Fuß, für die ältere Altersstufe etwa zwei und dreiviertel Fuß betragen. Will der Lehrer für beide Altersstufen nur einen Barren benutzen, so kann der höhere Barren für die Uebungen der Jüngeren auch dann benutzt werden, wenn der Länge nach auf dem Boden zwischen den Ständern des Barrens ein langes auf mehreren Klotzfüßen befestigtes Standbrett gelegt wird, durch welches den Uebenden das Hüpfen in den Stütz erleichtert wird. Wenn unser Barren eine Länge von vierundzwanzig Fuß hat, so ruht ein jeder der beiden Holme auf drei dünnen, aus Eichenholz gearbeiteten Ständern, hat dagegen der Barren eine Länge von dreißig Fuß, so wird jeder Holm von vier Ständern getragen. Die in gleicher Höhe

unter einander gleichlaufenden Barrenholme müssen bei etwa ein Zoll Dicke und etwa zwei Zoll senkrechter Höhe an der obern und untern Seite flach abgerundet und aus gutem, nicht ästigem Fichtenholze gearbeitet, glatt abgehobelt sein und einen gleichmäßigen Abstand von etwas über einen Fuß untereinander haben. Der Barren, den wir hier beschrieben, ist für den Turnplatz im Freien berechnet und sein Standort wird in seiner ganzen Längen- und Breitenausdehnung unterhalb der Holme und diese um noch mehrere Schritte überragend, mit weichem, dünnem Sand belegt. Für Barren, welche in der Turnhalle, oder für die Winterübungen im Turnsaale aufgestellt werden, genügt die Länge von zwanzig bis vierundzwanzig Fuß und es wird der Barren dann am zweckmäßigsten als Stellbarren gefertigt, so daß das ganze bewegliche Geräth von einem zum andern Ort gebracht und dabei tiefer oder höher gestellt werden kann. Am zweckmäßigsten werden zwei solcher Langbarren in einem Abstande von etwa acht Fuß gleichlaufend neben einander gestellt zu Uebungen, bei welchen z. B. unsere ganze vereinigte Reihe von sechsunddreißig Schülern zusammengehalten und beschäftigt werden soll, benutzt, was, wenn auch mit Rücksicht auf Schüler der zwei Altersstufen nur zwei Barren von verschiedener Höhe vorhanden sind, den Gebrauch derselben, bei Anwendung des oben angeführten Standbrettes bei dem höheren Barren, für die Uebungen nur kleiner Schüler der ersten Altersstufe von keinem störenden Einflusse ist und ebenso wenig den größeren Schülern der zweiten Altersstufe das Ueben am niederern Barren unmöglich machen wird. Der Lehrer theilt die eine Reihe Aller in zwei Reihen und stellt eine jede in Stirn so längs der beiden Barren auf, daß beide Reihen Stirn gegen Stirn stehen, er selber sich in dem zwischen beiden Barren ausgebreiteten Raume aufhält und alle Schüler, welche etwa drei bis vier Schritte von den Barren abstehen müssen, leicht übersehen kann. Beide Reihen sind der Größe nach, die eine mit Anreihung links, die andere

mit Anreihung rechts geordnet. So lange noch keine Anschauungen von Uebungen gegeben worden, muß der Lehrer selber dieselben vorübend zeigen, es müssen aber auch hierbei die Schüler gewöhnt werden, die bereits geübten und namhaft gemachten Uebungen zu behalten, so daß auf bloßes Geheiß des Lehrers die Darstellungen erfolgen können. Im Allgemeinen gilt die Ordnung, daß je diejenigen, welche der Reihe nach geübt haben, sich am Ende ihrer Reihen wieder anreihen, während die Einzelnen der Abgegangenen zu den Uebungen stets nachrücken und deren verlassenen Stellungsort einnehmen. Der Lehrer hat auch hier wieder neben der geordneten Ausführung der Uebungen am Barren zugleich die Ordnung Aller im Auge zu haben, weil Alle bei der gesammten Vereinigung zu den beabsichtigten Uebungen eine strengere oder losere Beziehung zum Unterrichte haben sollen.

Erste Stufe.

Der Lehrer fordert die drei, vier, fünf oder sechs Ersten einer jeden Reihe auf, am oberen Theile beider Barren in dieselben einzurücken und sich bei einem Abstande der Einzelnen von einander, von drei, vier oder mehr Schritten in Flanke hintereinander aufzustellen und befiehlt dann: Acht! Erfaßt beide Holme mit Speichgriff und hüpft zum Stütz! — Stütz!, worauf zugleich an beiden Barren die Uebenden auf gestreckten Armen stehen. Nachdem nun der Stütz zu kürzerer oder längerer Dauer fortgesetzt worden, folgt der Befehl: Aus dem Stütz niederhüpfen zum Stehen! — Steht! — Ab!, worauf diejenigen, welche geübt haben, dem Ersten der Reihen folgend, an dem Ende der Barren abziehen und wieder eine gleiche Zahl von Schülern an der vordern Seite der Barren in dieselben einzieht und sich auf den von den Abgezogenen verlassenen Standorten, des Rufes des Lehrers gewärtig, aufstellt. Dieser befiehlt dann nur kurz: Acht! — Stütz!, worauf die Uebung erfolgt und hierauf: Acht! — Steht!

— Ab!. Das Ein- und Abziehen zur Uebung in den Barren und aus demselben wird nun so lange fortgesetzt, bis der Lehrer nach einmaligem, oder mehrmaligem Rung dieser Uebung durch die Reihe eine andere Uebung vornehmen will.

Die Schüler ziehen von Neuem in den Barren und der Lehrer ordnet, nachdem sich dieselben, wie bei der ersten Uebung aufgestellt haben, es solle drei-, sechs- oder neunmal aus dem Stehen zum Stütz gehüpft werden, während er durch Zählen im Takte die Zeit der Ausführung angibt. Auf das Gebot: Acht! — Eins! — und — Zwei! — und — Drei! und so fort hüpfen nun die Uebenden beim Ruf der Zahl bald zum Stütz auf und bei dem nach der Zahl folgenden „und" wieder zum Stehen nieder und wiederholen die Uebung bis zur gesetzten letzten Zahl der Ausführung, bei welcher das „Ab!" den Abzug aus dem Barren verkündet und Andere zur Uebung einziehen. Der Lehrer kann bei solchen in regelmäßigen Zeiten aufeinanderfolgenden Uebungen die Schüler der aufgestellten Reihen auch auffordern, laut wie er selber die Zeiten zu zählen, was die Belebung und Ordnung der gesammten Darstellung sehr befördert und zugleich Alle in größere Spannung versetzt.

Dann kann geboten werden, es solle der Erste jeder Reihe vorn in den Barren treten, in den Stütz hüpfen und sechs, acht, oder zehn Zählzeiten in demselben verharren und dann zum Stehen niederhüpfen, drei Schritte vorwärts gehen und hierauf wiederum zum Stütz hüpfen, in welchem zehn Zeiten lang verharrt wird, und so fort zu üben bis zum Ende des Barrens, während je bei einem Hüpfen zum Stütz der Zweite, Dritte, Vierte und die Folgenden nacheinander in den Barren einziehen und gleich dem Ersten die Uebung darstellen, so daß die Zahl der gleichzeitig Uebenden immer wächst, bis der Barren eine ganze Reihe aufgenommen hat, welche, wenn auch der Letzte derselben eingezogen ist, nach und nach immer mehr abnimmt, bis der Letzte endlich abzieht.

Die gleiche Uebung, wobei je nach dem Stütz die Ueben-

den zum Stehen um eine Schrittlänge vorwärts niederhüpfen und alsbald wiederum zum Stütz hüpfen.

Die gleiche Uebung, wobei die Einziehenden rückwärts in den Barren treten und nach dem Stütz je um eine Schrittlänge rückwärts niederhüpfen.

Nun können wieder zugleich Mehrere in den Barren geboten werden und es kann befohlen werden: Acht! Hüpft zum Stütz! — Stütz! und hierauf: Sitz hinter der rechten Hand! — Sitz!, wobei mit links um der Wechsel zum Seitsitz auf dem Holm erfolgt. Dann: Wechselt zum Stütz! — Stütz!, dann wiederum: Sitz hinter der linken Hand! — Sitz!. Wie nun hier der Wechsel vom Stütz zum Sitz und umgekehrt vom Sitz zum Stütz geordnet ward, so kann nun, wenn die Uebenden im Sitz hinter der linken Hand sind, geboten werden: Acht! Wechselt zum Sitz hinter der rechten Hand! — Sitz! und sofort: Hinter linker Hand! — Sitz!, und endlich nach diesem Sitzwechseln kann folgen: Acht! Aus dem Sitz zum Stehen! — Steht! und hierauf: Zum Sitz hinter rechter (oder linker) Hand! — Sitz!, so daß der Wechsel von Stehen, Stütz und Sitz in die mannigfaltigste Aufeinanderfolge gebracht werden kann.

Hieran kann folgende Uebung, welche der Lehrer in freierer Ordnung ausführen läßt, vorgenommen werden. Der Erste hüpft vorn am Barren in den Stütz auf beiden Holmen und setzt sich im Seitsitz hinter die rechte Hand, greift mit Ristgriff beider Hände den Holm, so, daß die Arme auf beiden äußeren Seiten der Oberbeine vertheilt fassen und nun der Sitzende sich seitwärts rechts im Sitz- und Stützwechsel bis an das Holmende des Barrens fortbewegt. Alle Einzelnen folgen in kleinen Zwischenräumen dem Ersten nach, bis die ganze Reihe die Uebung ans Ende des Holmes vollbracht, worauf der Erste vorn am Barren in den Stütz hüpft, sich hinter die linke Hand setzt und nun ebenso im Seitsitz seitwärts links die Uebung darstellt, die Reihe ihm nachfolgt.

In ähnlicher Weise kann nun auch geordnet werden, daß

sich die Uebenden mit dem oben beschriebenen Sitzwechsel hinter der rechten und linken Hand über die Länge beider Barrenholme fortbewegen, während die Hände nach jedem erfolgten Sitzwechsel weiter greifen.

Nachdem nun in gleicher Weise, wie das Hüpfen zum Stütz auf beiden Holmen auch das Hüpfen zum Stütz mit Ristgriff auf nur einem Holme geübt worden, kann der Lehrer die Schüler auch das Wechseln aus diesem Stütz auf einem Holme zum Sitz zwischen beiden Armen, mit rechts oder links Drehen dastellen lassen und ebenso die Rückveränderung aus dem Sitz zu dem Stütz, wobei die Arme den Griff und die räumliche Lage der Hände unverrückt einhalten müssen. Hieran schließt sich dann die Uebung, wobei die auf einem Holme Seitsitzenden aufgefordert werden, zum Stütz (mit Ristgriff) auf dem gegenüberliegenden Holme zu wechseln und dann zum Sitz zwischen beiden Armen auf gleichem Holme zu drehen, worauf die Uebung mehreremal stets von einem Holme auf den andern aufeinanderfolgend dargestellt werden kann.

Wenn die Schüler durch Dauerstehen im Stütz genug Kräftigung und durch den verschiedenen Gebrauch der Stemmkraft der Arme Gewandtheit erlangt haben, so kann der Lehrer auch die Fortbewegung im Stütz, das Stützeln etwa auf folgende Weise vornehmen. Mehrere werden in den Barren zum Stütz geboten und der Lehrer fordert die Uebenden auf, sich im Wechsel bald mehr auf linkem und rechtem Arme zu tragen, was dann durch Zählen links, rechts und so fort im Takte geordnet werden kann.

Wenn dieß geht, so kann bei erneuertem Runge der Reihe die gleiche Uebung mit der Veränderung geboten werden, daß bei dem wechselnden Stütz auf linkem und rechtem Arme je der eine Arm mit leichter Hebung den Stütz der Hand auf dem Holme auf die Dauer einer schnellen Schrittzeit verläßt, die Uebenden an Ort stützeln. Bei erneuertem Runge wird dann das Stützeln vorwärts geboten, wobei die kleinen Stützschritte zuweilen auch der Folge und Zahl nach durch

Zählen links, rechts und so fort im Zeitmaße geordnet werden können. Haben die Schüler Geschick in diesen Uebungen, so läßt der Lehrer den Ersten und nach diesem der Reihe nach alle Einzelnen vorn am Barren mit der Aufforderung in den Stütz springen, daß ein Jeder nun vorwärts stützle mit beliebiger Zahl der Schritte, dann mit Unterbrechung der Bewegung niederhüpfe, um nach einigen zurückgelegten Schritten im Vorwärtsgehen auf dem Boden von Neuem mit dem Hüpfen zum Stütz und vorwärts Stützeln zu beginnen und mit diesem Wechsel des Stützelns und Gehens sich bis ans Ende des Barrens fortzubewegen. Die Uebung kann auch bei Bestimmung der Schritte des Stützelns und Gehens durch Zählen im Takte geordnet werden.

In gleicher Weise wird auch das Stützeln in der Richtung rückwärts angeordnet und geübt und dann auch das Stützeln seitwärts links, oder rechts mit Ristgriff auf einem Holme, wobei den Anfängern gewährt wird, den aufliegenden Leib bei überhangendem Rumpfe nachzurutschen, von den Geübteren aber allmählig die reinere Darstellung des Seitwärtsstützelns verlangt wird.

Stütz und Stützeln auf beiden Holmen mit der bestimmt geforderten gestreckten und geschlossenen Haltung der Beine bei aufrecht gehaltenem Oberleibe.

Stütz und Stützeln auf beiden Holmen und Hockhalte der angezogenen Beine.

Stütz und Stützeln auf beiden Holmen und Halte der gestreckten Beine im Vor- und Rückgrätschen.

Stütz auf beiden Holmen und bei stützfesten Armen Drehen rechts, oder links zur viertel Drehung, was zur Drehhalte auf Dauer und mit Gegendrehen rechts und links aufeinanderfolgend geübt werden kann.

Knickstütz auf beiden Holmen auf Dauer.

Stütz auf beiden Holmen und Senken zum Knickstütz, in schnellerer oder langsamerer Bewegung.

Stütz und Vor- und Rückwärtsschwingen bei geschlossenen

Beinen, zuerst bis zur Höhe der Holme und dann über die Höhe der Holme hinaus.

❋ Stütz und Vorschwingen der Beine über den rechten oder linken Holm zum Sitz vor der rechten oder linken Hand und ebenso Rückschwingen aus dem Sitz zum Stütz.

❋ Stütz und Vorschwingen der Beine über den Holm zum Sitz vor der linken Hand und Schwingen über die Holme zum Sitz vor der rechten Hand. Dieser Sitzwechsel kann dann mehreremal aufeinanderfolgend und endlich auch so geübt werden, daß der Uebende nach jedem Sitzwechsel je mit der Hand, von welcher der Abschwung aus dem Sitz erfolgt ist, weitergreift, so daß sich derselbe über die Länge des Barrens vorwärts fortbewegt oder rückwärts, je nachdem die Hand beim Weitergreifen vorwärts oder rückwärts greift und die Bewegung des ganzen Leibes diesen verschiedenen Richtungen folgt.

❋ Stütz und Vorschwingen der seitgrätschenden Beine zum Grätschsitz auf den Holmen vor beiden Händen und ebenso Rückschwingen zum Stütz.

❋ Stütz und Rückschwingen der seitgrätschenden Beine zum Grätschsitz auf den Holmen hinter beiden Händen und ebenso Rückschwingen zum Stütz.

Beide zuletzt genannten Uebungen werden dann mit einander so verbunden, daß aus dem Grätschsitz vor den Händen der Sitzwechsel zum Grätschsitz hinter den Händen in einem Schwung dargestellt wird und der Sitzwechsel mehreremal aufeinanderfolgend, bald mit Rück-, bald mit Vorschwung ausgeführt wird. Dann kann auch geordnet werden, daß ein Jeder Einzelne vorn am Barren in den Stütz hüpfe, die Beine zum Grätschsitz vor die Hände schwinge und dann vorwärts über die Beine fort zum Stütz auf beiden Holmen weitergreife, um mit einem Vorschwung aufs Neue zum Grätschsitz vor den Händen zu wechseln, worauf die Arme wieder über die Beine hin weitergreifen und sofort der Sitzwechsel so lange fortgesetzt wird, bis sich der Uebende vor-

wärts über die ganze Länge des Barrens fortbewegt hat. In gleicher Weise kann nun auch jeder Uebende vorn am Barren rückwärts eintreten, in den Stütz springen und rückwärts zum Grätschsitz hinter den Händen schwingen, wobei dann die Hände rückwärts über die Beine hin weitergreifen und der Uebende mit Rückschwüngen je aus dem Grätschsitz vor den Händen zum Grätschsitz hinter denselben sich rückwärts über die ganze Länge des Barrens fortbewegt.

Stütz mit Ellgriff auf beiden Holmen. Wird auf Dauer, oder mit wechselhandigem Griffwechsel zum gewöhnlichen Speichgriff geübt.

Stütz mit Kammgriff auf einem Holme wird auf Dauer, oder mit wechselhandigem Griffwechsel zum Ristgriff geübt.

❋ Liegestütz vorlings auf beiden Barrenholmen, wobei die Füße bei gestreckter und gegrätschter Haltung der Beine auf den innern Fußseiten aufliegen.

Die gleiche Uebung, wobei die Arme bald zum Knickstütz gebeugt, bald zum gewöhnlichen Stütz gestreckt werden, ein langsameres oder schnelleres Knickwippen der Arme erfolgen kann.

❋ Liegestütz rücklings auf beiden Barrenholmen; im Uebrigen wie die vorhergehende Uebung zu ordnen.

❋ Liegestütz vorlings auf beiden Barrenholmen und kopfwärts wechselarmig fortstützeln über die Länge des Barrens, wobei die Beine in gestreckter Haltung nachrutschen.

Die gleiche Uebung im Liegestütz rücklings auf beiden Holmen.

Beide Uebungen können auch bei gebogenem Leibe so dargestellt werden, daß die aufgestellten Füße gehen, während auf den Händen gestützelt wird, was die leichteren Stufen dieser Darstellungen sind; und ebenso kann geordnet werden, daß bei gebogenem Leibe die Arme auf einem Holme seitwärts stützeln, während die Beine mit den Füßen auf dem andern Holme in gleicher Richtung gehen.

Zweite Stufe.

Alle Uebungen der ersten Stufe müssen hier wiederholt werden, so daß die Schüler mit Erfolg zu den folgenden Darstellungen übergehen können. Wir überlassen dem Lehrer die Ausführung der verschiedenen Gemeinübungen am Barren an gemessene Zeiten zu binden und bemerken nur, daß diese Uebungsweise in vielen Fällen eine sehr geeignete Anwendung findet und darum sehr zu empfehlen ist.

Stützeln durch die ganze Barrenlänge. Diese Dauerübung kann auch, wie überhaupt viele andern Barrenübungen in die Wette dargestellt werden, was leicht zu ordnen ist.

Stütz und Senken zum Ellenbogenstütz nur eines Armes und Wiedererheben desselben zum gestreckten Armstütz. Wird links und rechts geübt.

Stütz und Wechselarmiges Senken zum Ellenbogenstütz beider Arme und wechselarmiges Erheben zum gestreckten Armstütz.

Stütz und wechselarmige Stützkehre.

Stütz und zwei, drei, vier aufeinanderfolgende Stützhüpfe an Ort und vorwärts, wobei je nach dem Stützhüpfen, der Uebende einige Schritte vorwärts auf dem Boden vorwärts geht, damit die Nachrückenden üben können.

Stütz und Senken mit mäßiger Beugung der Arme zum Knickstütz und hierauf Wiederkehr zum gestreckten Armstütz. Die Schüler werden aufgefordert, das Senken zu immer größerer Beugung der Arme auszubilden.

Knickstütz und Vor- und Rückschwingen bis zur Barrenhöhe.

Stützeln an Ort und vor- und rückwärts während des Schwingens im Stütz, wobei bei jedem Rückschwunge (oder auch beim Vorschwunge) ein kleiner Stützschritt erfolgt.

Stützeln vor- oder rückwärts mit links und rechts Gegendrehen bei jedem Stützschritte.

❋ Stütz und Vor- und Rückschwingen, wobei die Beine

beim Vorschwingen über den Holmen rasch Seitgrätschen und Schließen. Die gleiche Beinübung während des Rückschwingens und dann auch sowohl beim Vorschwingen als auch beim Rückschwingen. Ebenso Stütz und Schwingen bei vor- und rückgegrätschter Halte der Beine.

❋ Stütz und Schwingen aus dem Sitz vor einer Hand zum Sitz hinter derselben Hand, oder Sitzwechsel zum Halbmond. Dieser Sitzwechsel wird bald mit Rück-, bald mit Vorschwingen begonnen, im letztern Falle, wenn aus dem Sitz hinter der Hand zum Sitz vor derselben Hand gewechselt wird. Wird bald auf dem Holme, auf welchem die linke Hand stützt, bald auf dem Holme, wo die rechte Hand stützt, dargestellt. Wenn stets nach einem Sitzwechsel zum Halbmond aus dem Sitz hinter der Hand zum Sitz vor derselben Hand vorgeschwungen wird, wobei je nach erfolgtem Sitz vor der Hand diese über das Bein weiter vorwärts greift, so kann die ganze Bewegung vorwärts über die Länge des Barrens hin erfolgen. Die Bewegung rückwärts über die Länge des Barrens wird so dargestellt, daß der Uebende je nach einem Sitz vor der Hand mit Halbmondschwung rückwärts zum Sitz hinter die gleiche Hand wechselt, die dann rückwärts über das Bein weitergreift.

❋ Stütz und Schwingen aus dem Sitz vor einer Hand zum Sitz hinter der andern Hand, oder Sitzwechsel zur Schlange. Auch dieser Sitzwechsel erfolgt bald mit Rückschwingen hinter, bald mit Vorschwingen vor eine Hand, wobei die Bewegung bald vor oder hinter der rechten Hand, oder vor oder hinter der linken Hand beginnt, was die Darstellungsweise dieser Uebung sehr vervielfältigt. In ähnlicher Weise wie die vorherbeschriebene Uebung kann auch mit dem fortgesetzten Schlangenschwung vorwärts und vorwärts Weitergreifen über das Bein mit einer Hand die Fortbewegung vorwärts über die Barrenlänge geordnet werden und ebenso mit dem Schlangenschwung rückwärts die Fortbewegung rückwärts über die Länge des Barrens.

Alle die Sitzwechsel vor und hinter die Hand können auch so geordnet werden, daß je nur das eine Bein zum Schenkelsitz über den Holm schwingt, während das andere zwischen den Holmen abhangt. Wird der Sitz vor oder hinter dem rechten Arme ausgeführt, so schwingt das rechte Bein über den Holm, wird der Sitz vor oder hinter dem linken Arme gemacht, so schwingt das linke Bein über den Holm.

Sprung zum Stütz mit Vorschwingen und Niederspringen. Die Uebung wird mehreremal aufeinanderfolgend als Fortbewegung vorwärts durch und über die Länge des Barrens gemacht.

Stütz, Schwingen und nach einer bestimmten Zahl wiederkehrender Rückschwünge Niedersprung. Wird vorn und hinten an den Holmenden des Barrens mit Sprung aus dem Barren oder mit Sprung in den Barren geübt. Mehrere Schwünge rückwärts und Niedersprünge werden auch als Fortbewegung rückwärts durch und über die Barrenlänge geordnet.

Stütz, Schwingen und nach einer bestimmten Zahl wiederkehrender Vorschwünge Niedersprung. Wird wie die vorhergehende Uebung und auch als Fortbewegung vorwärts durch und über die Länge des Barrens geordnet.

❁ Stütz, Schwingen und Abschwingen zum Niedersprung. Wird über den Holm vorlings vor der rechten oder linken Hand mit einem Vorschwung (Kehre) und dann auch über den Holm rücklings hinter der rechten oder linken Hand mit einem Rückschwunge (Wende) ausgeführt, bei der Anordnung, daß je mit erfolgendem Niedersprunge der Barren seitlings von dem Uebenden bleibt und dieser mit der dem Barren zugekehrten Hand den überschwungenen Barrenholm zur Sicherung seines Gleichgewichtes erfaßt.

Stütz auf dem Ellenbogen und Schwingen bis zur Höhe und über die Höhe der Holme. Wird auch zum Grätschsitz vor oder hinter den Händen geordnet.

❁ Stütz und Rückschwingen zum gestreckten Liegestütz

vorlings und ebenso Stütz und Vorschwingen zum gestreckten Liegestütz rücklings. Wird auch zum Liegestützwechsel mit Vorschwingen aus dem Liegestütz vorlings zu dem rücklings und umgekehrt mit Rückschwingen aus Letzterem zu dem Ersteren geübt.

❋ Liegestütz vorlings und Stützhüpfen an Ort oder von Ort kopfwärts; wird ebenso im gebeugten Liegestütz rücklings geübt.

Stütz, Drehen rechts oder links zur viertel Drehung und Seitwärtsschwingen während der Drehhalte bei stützfesten Armen.

❋ Stütz und Spreizen rechts oder links vorwärts, bis zur Höhe der Holme und höher.

❋ Stütz und Gegenspreizen beider Beine vor- und rückwärts.

❋ Stütz und Anfersen.

❋ Stütz und Aufschnellen der Kniee.

❋ Stütz und Beinstoßen.

❋ Stütz und Hockhalte.

Die letzten sechs Uebungen können auch während des Schwingens im Stütz dargestellt werden.

Die Anordnung des Messens der Bewegungen nach Zeiten, sowie die der geordneten Gemeinübung Mehrerer, für welche unser Längenbarren sich sehr eignet, überlassen wir dem Lehrer, ebenso auch die Wettübungen, welche eine mannigfaltige Anwendung finden können.

❋ Stemmübungen am Stemmbalken.

Der Stemmbalken oben zu Schwebeübungen verwendet, dient uns nun zu Uebungen, bei welchen in Verbindung mit dem Hupf und Sprung der Stütz auf ganzer Hand, das Sitzen und Knieen eigenthümliche Darstellungen zulassen, welche zum Theil als Ersatz der Uebungen gelten können, die das Schwingen am Schwingel ausmachen und schon mit Bezug auf diese Aehnlichkeit die jüngeren Alter

sehr ansprechen. Die Länge unseres Stemmbalkens, um welchen die Schüler in einer Reihe aufgestellt werden, macht es auch hier möglich, gleichzeitig immer Mehrere in Gemeinübung zu beschäftigen, so daß der Wechsel der Uebungen schneller durch die Runde geht.

Der Stemmbalken, ein vierundzwanzig bis dreißig Fuß langer Fichtenstamm wird auf zwei senkrecht eingegrabenen Ständern, welche er mit seinen beiden Enden um einige Fuß überragt, befestigt, so daß die obere wagrecht ausgedehnte Fläche des Stammes etwa zwei, bis zwei und einen halben Fuß über dem Boden liegt. Der Baum wird zuerst als vierkantiger Balken behauen und dann so bearbeitet, daß er oben eine beinahe flachgewölbte Stützfläche hat, welche nach den senkrechten Seiten des Stammes allmählig mit stark abgerundeten Seitenkanten abfällt. Auch die beiden dem Boden zugekehrten Längenkanten des Balkens müssen so abgerundet werden, daß die Uebenden beim heftigen Anstoßen an dieselben weniger verletzt werden und ebenso werden die beiden Endstücke des Balkens flach gewölbt und nach der obern Stützfläche und nach beiden Seitenflächen hin allmählig abgerundet. Die durchgängig gleichmäßige Breite des befestigten Balkens in wagerechtem Durchmesser von einer Seitenfläche zur andern beträgt etwa neun bis zehn Zoll, während seine Höhe von der untern Seite bis zur Stützfläche eilf bis zwölf Zoll beträgt. Der Boden unterhalb des Stemmbalkens wird mit weichem Sande überdeckt.

Erste Stufe.

Die Schüler werden aufgefordert, der Reihe nach an der vordern Seite des Stemmbalkens mit Anlauf und beidbeinigem Absprung zum Grätschsitz aufzusitzen, wobei die zum Stütz vorgreifenden Arme den Springenden unterstützen im gemischten Sprunge. An diese Uebung des Aufsitzens, welche bei der mäßigen Höhe des|Stemmbalkens bald erlernt wird,

schließt sich dann die zweite Forderung für die Sitzenden, sich im Stütz- und Sitzwechsel über die Länge des Balkens fortzubewegen und dann am Ende desselben aus dem Sitz niederzuspringen. Wenn nun etwa die sechs ersten der Reihe in Abständen auf der langen Stützfläche vertheilt sind, so kann der Lehrer ordnen, daß die Fortbewegung vorwärts unterbrochen werde und die Schüler sich wieder in diesem Stütz- und Sitzwechsel rückwärts bewegen, worauf dann wieder die Bewegung vorwärts geboten wird. Die Uebung kann dann auch im Takte nach dem Zählen dargestellt werden und endlich auch an Ort so geübt werden, daß bei längerer Dauer des Stützes und Sitzes, namentlich das Stützschweben bei gegrätschten Beinen und gehobenem Leibe zur vorwaltenden Uebung gemacht wird.

Anlauf Mehrerer an der Längenseite des Stemmbalkens und beidbeiniger Hupf oder Sprung zum Stütz. Wird je nach erfolgtem Niedersprung mehreremal aufeinanderfolgend und dann auch zum Dauerstütz geübt.

Sprung an der Seite zum Stütz und rechts oder links Drehen zum Seitsitz auf beiden Schenkeln. Bei stützfesten Armen ebenso durch Drehen der Wechsel zum Stütz.

Sprung an der Seite zum Stütz und Ueberheben oder Ueberschwingen des rechten Beines zum Aufsitzen, wobei der Uebende eine viertel Drehung links macht. Ebenso rechts Absitzen zum Stütz an der Seite. Die Uebung wird dann mit rechts Drehen auch links gemacht und bei Geübtern sofort im Wechsel bald rechts, bald links, worauf mit Niedersprung an der Seite abgegangen wird.

Die gleiche Uebung, wobei je ein Aufsitzen rechts aus dem Stütz und ein Absitzen links zum Stütz, oder ein Aufsitzen links und ein Absitzen rechts mehreremal aufeinanderfolgend dargestellt werden.

Seitsitz und Fortbewegung im Stütz- und Sitzwechsel seitwärts rechts, oder links über die Länge des Balkens. Dieser Stütz- und Sitzwechsel wird auch an Ort mit Dauer-

schwebe im Stütz des bei geschlossenen Beinen gehobenen Leibes geübt.

Seitsitz und Wechseln zum Reitsitz mit Ueberschwingen des rechten oder linken Beines und viertel Drehung rechts oder links aus dem Sitz, und ebenso Wechseln aus dem Reitsitz zum Seitsitz. Dabei können die Arme den Uebenden unterstützen, oder es wird ohne Armhülfe geordnet.

Stütz an der Seite und Aufhocken zum Knieen; ebenso mit Abhocken Wechseln aus dem Knieen zum Stütz.

Knieen und Fortbewegung im Knie- und Stützwechsel seitwärts rechts oder links über die Länge des Balkens. Dieser Knie- und Stützwechsel wird auch an Ort, mit Dauerschweben bei aufgehockten Beinen geübt.

Reitsitz und Aufschwingen aus dem Sitz zum Hockstehen hinter den stützfesten Armen, oder zur aufgerichteten Stellung. Bei der Rückkehr zum Reitsitz kann der Uebende mit Hockbeugen die Arme wieder zum Stütz aufstemmen und den Leib mit den Beinen zum Reitsitz senken.

Gebeugter Liegestütz vorlings auf der Länge des Balkens und kopfwärts oder fußwärts Gehen auf Händen und Füßen über die Länge des Balkens.

Gestreckter Liegestütz vorlings im übrigen, wie bei der vorausgehenden Uebung.

Zweite Stufe.

Sprung an dem vorderen Ende des Stemmbalkens zur Stützschwebe bei gegrätschten Beinen. Rückwärts Abschwingen aus der Stützschwebe zum Niedersprung.

Reitsitz, Stützschwebe und wechselhandiges Stützeln an Ort, oder in der Richtung vorwärts oder rückwärts. Die Uebung kann mit Fortbewegung über die Länge des Balkens so geordnet werden, daß je nach einer beliebigen, oder gemessenen Zahl mehrerer Schritte im Stütz zum Sitz gewechselt wird.

Sprung an dem vorderen Ende des Stemmbalkens zum Stehen in tiefer Hockbeuge hinter den stützfesten Händen, oder zum Stehen in aufgerichteter Stellung. Die Rückkehr zum Niedersprung erfolgt mit tiefem Hockbeugen und Aufstützen der Hände.

Sprung mit Stütz und halbe Drehung rechts oder links zum Seitsitz, an der Seite des Balkens. Die Uebung, welche in ununterbrochener Folge der Bewegungen gemacht wird, kann dann zum Niedersprung so geordnet werden, daß aus dem Sitz und Stütz mit halber Drehung rechts oder links niedergesprungen wird.

Sprung und Aufsitzen zum Reitsitz rechts oder links und dann Absitzen rechts oder links zum Niedersprung.

Sprung und Ueberschwung der geschlossenen Beine zum Reitsitz auf dem Balken, seitlings rechts von der stützfesten rechten Hand, oder seitlings links von der linken Hand, oder „Flankensprung zum Seitsitz."

Flankensprung über den Balken. Wird rechts und links geübt und zwar so, daß bei dem Niedersprung im ersteren Falle die rechte Hand am längsten stützfest bleibt und dann noch den Niedersprung sichern hilft. Geübtere können nun auch den Flankensprung zum Seitsitz so darstellen, daß beim Sprung rechts die rechte, beim Sprung links die linke Hand den schwingenden Leib durchläßt, so daß sie mit dem Niederschwung zum Sitz auf die kaum verlassene Stützfläche wiederkehrt und den Aufsitz sichern hilft.

Seitsitz und Wechseln zum Seitsitz nach einem Drehen mit halber Drehung im Stütz der seitlings vom Leibe rechts oder links aufstemmenden Arme, an gleicher Seite des Stemmbalkens. Die Uebung kann bei wechselndem Drehen rechts und links hin und her, bei fortgesetztem Drehen in gleicher Richtung mit Fortbewegung über die Länge des Balkens gemacht werden.

Seitsitz und Wechseln zum Seitsitz mit Drehen im Sitz zur halben Drehung rechts, wobei die geschlossenen Beine

von einer Seite des Balkens auf die andere Seite desselben übergeschwungen werden. Wird mit oder ohne Armhülfe geübt.

Stütz und Wechseln zum Reitsitz mit Aufsitzen des rückwärts im Bogen von Außen nach Innen spreizenden Beines bei dreiviertel Drehung. Beim Aufsitzen rechts geschieht die Drehung auch rechts, beim Aufsitzen links geschieht die Drehung links. (Schraubenaufsitzen rückwärts.) Wird auch aus dem Sprung geübt.

Seitsitz und Wechseln zum Reitsitz durch Aufsitzen mit einer dreiviertel Drehung. Beim Aufsitzen rechts geschieht die Drehung links und das rechte Bein spreizt im Bogen von Außen nach Innen vor dem linken Beine vorüber, beim Aufsitzen links geschieht die Drehung rechts. (Schraubenaufsitzen vorwärts.) Die Rückbewegung aus dem Reitsitz zum Seitsitz ergibt sich von selber. Wird stets mit Armhülfe geübt.

Reitsitz und Wechseln zum Reitsitz mit ganzer Drehung. Rückwärts Absitzen mit einem Beine und Schraubenaufsitzen rückwärts mit demselben Beine in ununterbrochener Bewegung. (Schraube.) Wird mit Fortbewegung über die Länge des Balkens geübt.

Reitsitz und Wechseln zum Reitsitz mit halber Drehung rechts oder links und Kreuzung der rückschwingenden Beine, bei stützfesten Armen. (Scheere rückwärts.)

Reitsitz und Wechseln zum Reitsitz mit halber Drehung rechts oder links und Kreuzung der vorschwingenden Beine, bei stützfesten Armen rücklings vom Leibe. (Scheere vorwärts.)

Knieen und Niedersprung vorwärts oder rückwärts zum Stehen auf dem Boden, ohne Armhülfe. (Kniesprung.)

Knieen und Aufsprung zum Hockstehen, oder zum gestreckten Stehen auf dem Balken, ohne Armhülfe.

Knieen und Aufsprung zum Hockstehen oder zum gestreckten Stehen mit viertel oder halber Drehung, ohne Armhülfe.

Stütz und Rückschwingen zum Niedersprung zu möglichster Weite. (Abhurten.) Wird in die Wette geübt.

Seitsitz und Vorschwingen zum Niedersprung zu möglichster Weite mit Hülfe der stützenden Arme. Wird in die Wette geübt.

Anlauf, Stütz und Aufsprung der angezogenen Beine zum Hockstehen, oder gestreckten Stehen auf dem Balken.

Viele dieser Uebungen können nach Befehl in Gemeinübung Mehrerer im Takte ausgeführt werden und wir bemerken nur, daß bei allen vorkommenden Sprüngen der Aufsprung mit geschlossenen Beinen geschieht.

Bocksprungen.

Die Uebungen im Stütz, im Sitzen und Knieen treten bei dem Bock in Verbindung mit dem Springen in verschiedenen Zusammensetzungen hervor und haben wesentlich zum Zweck den eigenthümlichen Sprung über den Bock bei gegrätschten Beine mit Hülfe der stemmenden Arme auszubilden, wenn auch hierbei die Möglichkeit der Darstellung anderer Uebungen als die zunächst an dieser Vorrichtung beabsichtigten, wie bei den meisten Turngeräthen, gegeben ist. Unsere Schüler sind nun durch mancherlei Uebungen des Sprunges, durch verschiedene reine Stemmübungen am Barren und gemischte Anwendung der Stemmkraft am Stemmbalken vorbereitet, das Bocksprungen vorzunehmen. Wir gebrauchen zwei Stellböcke, welche im niedrigsten Stande etwa fünfviertel Fuß Höhe haben und bis zu zwei und einen halben Fuß für die Schüler der zweiten Altersstufe erhöht werden können. Der gepolsterte oder auch ungepolsterte an allen Ecken stark abgerundete Kasten des Bockes, welcher auf vier, mit stellbaren Schiebern versehenen Beinen, angebracht ist, muß eine Länge von vierzehn Zoll, eine Breite von zehn und eine Höhe von zwölf Zoll haben. Die zwei Böcke werden der Länge nach in einem Abstande von etwa vier Schritten gleichlaufend unter einander zum niedrigsten Stande gestellt, zum Absprung wird vor jeden Bock ein Sprungbrett gelegt. Die Schüler werden in zwei Reihen getheilt und bei einem Abstande der Ersten einer jeden Reihe von etwa zwölf Schritten von der vordern Seite des Bockes, in einer Linie aufgestellt, die nach dem Bocksprungen der Einzelnen

zugleich die Umzugslinie der Nachrückenden wird und längs der Anlaufbahn der Springenden hinläuft, so, daß eine jede Reihe den Umzug nach den entgegengesetzten äußeren Seiten um die Böcke macht, der zwischen den aufgestellten Reihen liegende Raum frei bleibt und nur für die Anlaufenden der beiden Reihen benutzt wird, während der zwischen beiden Böcken stehende Lehrer die Uebung und Ordnung Aller übersieht. Nachdem nun für alle Absprünge auf dem Brette und für alle Niedersprünge das beidbeinige Springen der geschlossenen Füße vorausgeordnet, beginnen die Uebungen. Hat der Lehrer mehr und weniger Geübte, so kann bei Vertheilung der Schüler in die beiden Reihen die Rücksicht genommen werden, daß die weniger Geübten in die eine Reihe, die Geübteren in die andere Reihe geschieden werden, damit er selber der Reihe der Ungeübteren Hülfe leisten kann, während zwei der vorgeübteren Schüler der anderen Reihe bei dieser Hülfe geben und hinter dem Bocke aufgestellt bleiben, sobald sie selber geübt haben.

Erste Stufe.

Sprung zum Reitsitz auf den Bock und Ueberrutschen zum Niedersprung auf der hinteren Seite desselben, mit Hülfe der Arme. Der Sprung wird anfangs nur zum Sitz vor der Mitte der Bocklänge und dann auch zum Sitz hinter der Mitte verlangt, und wird oft wiederholt, um die Schüler mit der Uebung vertrauter zu machen. Besonders muß darauf gesehen werden, daß die Schüler einen rechten Gebrauch von den zum gestreckten Stütz aufstemmenden Armen machen, den gemischten Sprung und nicht den mehr reinen Sprung in Anwendung bringen.

Sprung zum Reitsitz, Stützschwebe bei gegrätschten und gestreckten Beinen, was mehreremale im Wechsel mit dem Sitze ausgeführt wird und hierauf Rückschwingen aus dem Sitz zum Niedersprung auf das Brett vor dem Bocke.

Sprung zum Reitsitz und rechts oder links Absitzen zum Niedersprung an der Seite des Bockes.

Sprung zum Reitsitz und Vorschwingen beider Beine zum Sitz mit geschlossenen Beinen auf der Länge des Bockes, wobei die Arme hinter dem Leibe aufstützen. Diese Uebung wird im Wechsel mit der Rückbewegung zum Reitsitz mehreremal aufeinanderfolgend dargestellt, worauf im Sitz der geschlossenen Beine über den Bock zum Niedersprung hinter demselben abgerutscht wird.

Sprung zum Reitsitz und Vorschwingen des einen Beines mit viertel Drehung über den Bock, zum Seitsitz auf der einen Seite desselben. Wird rechts und links und im Wechsel mit der Rückbewegung aus dem Seitsitz zum Reitsitz geübt. Der Niedersprung kann an der Seite des Bockes nur aus dem Seitsitz erfolgen, oder in ununterbrochener Bewegung mit dem Ueberschwingen eines Beines aus dem Reitsitz durch den Seitsitz. Wird mit und ohne Armhülfe geübt.

Sprung über den Bock mit Stütz beider Hände vor, auf, und hinter der Mitte des Bockes. Häufige Wiederholung und der in Gemeinübung mit Andern erregte Wetteifer lassen es bald dahin bringen, daß fast alle Schüler den Sprung über den niedrig gestellten Bock ausführen lernen und der Lehrer muß namentlich dabei auf die Anschauungen der Uebungen der Sprungfertigen zählen.

Sprung über den breitgestellten Bock, nachdem das Auflegen der gegrätschten Beine auf die Endtheile des Bockes bei stützfesten Armen vorausgeübt worden.

Zweite Stufe.

Sprung, Seitgrätschen und Schließen der Beine beim Niedersprung vor dem Bocke auf das Brett. Es muß dabei namentlich das mit dem Aufsprung nothwendige Strecken der stützfesten Arme gefordert werden, so wie auch die gestreckte gerade Haltung des ganzen Leibes. Die Uebung wird auch

so geboten, daß nach einem Niedersprung das Grätschen und Schließen im Sprung mehreremal wiederholt wird.

Sprung zur Stützschwebe mit gegrätschten und gestreckten Beinen, Dauerschweben und Rückschwingen zum Niedersprung vor den Bock. Wird auch so geübt, daß der Springende nach dem Vorschwingen der Beine zur Stützschwebe sogleich die Gegenbewegung zum Niedersprung mit Rückschwingen ausführt.

Sprung zur Stützschwebe und Stützeln über die Länge des Bockes zum Niedersprung hinter demselben.

Sprung zur Stützschwebe mit gegrätschten und angezogenen Beinen, im Uebrigen wie die beiden letztgenannten Uebungen.

Sprung zur Stützschwebe und rechts oder links Absitzen aus dem Stütz zum Niedersprung auf der Seite des Bockes. Wird auch so geübt, daß aus der Stützschwebe Absitzen zum Stütz an der Seite des Bockes erfolgt, worauf Niedersprung oder die Gegenbewegung zur Stützschwebe erfolgen kann.

Sprung und viertel Drehung zum Stütz an der Seite des Bockes, so daß der Springende mit links Drehen an die rechte, mit rechts Drehen an die linke Seite des Bockes in den Stütz springt, nach einem Absprunge auf dem Brette vor dem Bocke. Nach einem Aufsitzen zum Reitsitz kann dann mit Rückschwung hinter den Bock niedergesprungen werden, oder es erfolgt aus dem Stütz an der Seite mit der Gegenbewegung der Niedersprung auf das Brett vor dem Bocke.

Sprung über den Bock, welcher allmählig immer höher gestellt wird, bei Stütz der Hände vor, auf, oder hinter der Mitte des Bockes. Wird in die Wette geübt.

Sprung über den Bock und Niedersprung in die Weite hinter dem Bocke. Wird bei nur mäßiger Höhe des Bockes geübt. (Bockweitsprung.)

Sprung über den Bock und Absprung auf dem allmählig zu immer größerem Abstande vor dem Bocke abgerückten

Brette. Wird bei nur mäßiger Höhe des Bockes geübt. (Bockweitsprung.)

Sprung zum Stütz und Grätschschluß auf dem breitgestellten Bock und Dauerstehen im Schluß, ohne Armhülfe, bei gerade aufgerichtetem Leibe. Der Niedersprung erfolgt nach einem Schließen der Beine zum Sitz aus demselben, oder unmittelbar aus dem Schluß mit Armhülfe. Wird bei tiefer oder höher gestelltem Bocke geübt.

Sprung zum Sitz der geschlossenen Beine auf dem breitgestellten Bock und Niedersprung hinter dem Bock aus dem Sitz.

Sprung über den breitgestellten Bock, der tiefer oder höher gestellt werden kann. Wird auch als Bockweitsprung bei nur mäßiger Höhe und dann in die Wette auf Höhe oder Weite geübt.

Sprung und halbe Drehung rechts oder links vor dem Bock zum Sitz der geschlossenen Beine auf der vordern Seite des langgestellten Bockes und Niedersprung mit der Gegenbewegung auf dem Brette vor dem Bocke. (Drehsprung zum Sitz und Drehniedersprung aus demselben.)

Sprung zum Knieen auf dem breit- oder langgestellten Bock und Niedersprung vorwärts oder rückwärts aus dem Knieen.

Sprung mit halber Drehung rechts oder links vor dem Bock zum Reitsitz und Rückschwingen aus dem Sitz zum Niedersprung hinter dem Bock. (Drehung und rückwärts Aufsitzen zum Reitsitz.) Wird nur bei mäßiger Höhe des Bockes geübt.

Sprung über den lang- oder breitgestellten Bock und Zusammenklappen mit den Füßen der schließenden Beine vor dem Niedersprung hinter dem Bocke.

Hangübungen.

Nachdem wir nun in den vorausbetrachteten Turnarten, wobei wesentlich die Stemmkraft der verschiedenen Leibesglieder das Verhalten der Uebenden in mannigfaltigsten Turnübungen bedingt, die Beugkraft der Glieder stets nur in solchen Zuständen der Turnenden mitwirkte, bei welchen der Leib durch Streckung der Glieder getragen, ruhig gehalten, an Ort bewegt oder fortbewegt wurde, so wollen wir nun hier zu den Leibesübungen fortschreiten, bei welchen vorzugsweise die Hangkraft der verschiedenen Leibesglieder die Bedingung zur Darstellung mannigfaltiger Turnübungen wird. Wenn wir die Beine als die Leibesglieder annehmen dürfen, welche am geeignetsten sind, den Leib stemmend zu halten, so sind dagegen die Arme am geschicktesten, den Leib im Hangen zu halten.

Wie wir bei den Uebungen, bei welchen Zustände des Stemmens zu Grunde lagen, mit dem Stemmen auf den Füßen begannen und zu den Stemmarten fortschritten, wobei auch die verschiedenen andern Leibesglieder das Stemmen ausüben, so wollen wir nun hier mit dem Hangen an den Händen beginnen und zu den Hangarten fortschreiten, wobei auch die verschiedenen andern Leibesglieder das Hangen ausüben.

Wie bei unsern Schülern die Stemmkraft im Stehen, Gehen, Hüpfen, Springen und Laufen durch das Leben schon vielfältig entwickelt wird, die Schule nur die kunstgemäßere Weiterbildung dieser Leibesübungen zu fördern sucht und selber die Stemmkünste verschiedenster Art auf allerlei Stütz

flächen und Geräthen auszubilden hat, so bringen unsere Schüler auch bereits Hangkünste aller Art aus dem Leben mit in die Schule, der Turnunterricht sucht diese auf eine zweckmäßige Weise auszubilden und gewährt auf dem Turnplatze die Darstellung der vielfältigsten Hangkünste an Vorrichtungen, welche die Kunst für diese Uebungen ersonnen und geordnet, das Leben für diese eigenthümlichen Darstellungsweisen der Hangübungen selten darbietet.

Der Mensch hat die Befähigung, sich vermittelst beider Arme an wagerechten, schrägen und senkrechten Hangflächen im Hang zu halten oder im Hange fortzubewegen, in ähnlicher Weise wie das Stehen und die Fortbewegung im Stehen auf verschiedenen Standflächen von dem untern Gliederpaare der Beine ausgeübt wird. Ueberhaupt sind die verschiedenen Glieder des ganzen Leibes zugleich geschickt, diesen durch Stemmen und im Hange zu halten oder fortzubewegen. Es kommt nun darauf an, für unsere Schüler die Hanggeräthe und Gerüste so herstellen zu lassen, daß an denselben die Durchbildung der eigenthümlichen Hangübungen, die Entfaltung der mannigfaltigen Darstellungsweisen derselben möglich werden. Mit Rücksicht auf die Ausbildung der Hangkunst haben wir uns nun hier die Aufgabe gestellt, die Uebungen so zu ordnen, daß unsere Schüler von leichteren zu schwereren Uebungsstufen fortschreitend allmählig so geschickt und kunstfertig in Hangübungen werden, als es die durchschnittliche Anlage dieses Lebensalters zuläßt. Auch hierbei stellen wir uns die Aufgabe, wo möglich die Gesammtheit der Schüler durch die Betreibung der Uebungen gleichmäßig fortzuführen und können auf Erfahrungen gestützt, aussprechen, daß wir auf dem hier vorgezeichneten Unterrichtswege die besten Erfolge gehabt haben, so daß selber die unbeholfensten und schwächlicheren Schüler in diesen Uebungen mit den Andern allen einen ziemlich gleichen Schritt halten konnten. Wir dürfen es hier aussprechen, daß die Turnkunst, wie sie noch an den meisten Orten geübt wird, weder

die Uebungen noch die Geräthe in Anwendung gebracht hat, mittelst welcher die Schüler in der Geschicklichkeit des Hangens in stufenmäßigen Uebergängen unterrichtet und entwickelt werden können. Unbefangene werden in Gang und Auswahl der Hangübungen, sowie in der Anordnung der Hanggerüste, die wir in Anwendung bringen, die Ueberzeugung gewinnen, daß gerade diese Turnart der Hangübungen noch sehr einer ausführlicheren Bearbeitung von Seite der Turnkunst bedurfte und daß wir schon hier in dem ersten Theile des Unterrichtsbuches einen Beitrag zur Vervollständigung dieses Theiles der Turnübungen gegeben haben, der wie von selbst zur Fortentwickelung desselben führen muß.

Wir lassen nun die Hangübungen in der Ordnung folgen, wie sich dieselbe im Anschluß an die zweckmäßigen Vorrichtungen und Hanggeräthe in stufenmäßigen Uebungen herausstellt und wählen dabei für die Hangübungen, bei welchen die Uebenden sich wagerecht fortbewegen, die Doppelhangleiter, für die Hangübungen, bei welchen sich die Uebenden schräg und senkrecht fortbewegen, hingegen das Stangengerüst mit schrägen und senkrechten Stangen. Da wir weiter unten eine Beschreibung und Abbildung einiger wesentlichen Turngeräthe zu geben beabsichtigen, so verweisen wir den Lehrer in Betreff des Hanggerüstes auf diese und gehen zu den Uebungen selber über.

Hangübungen an den wagerechten Doppelleitern.

Der Lehrer stellt die eine Reihe Aller im Ring um die Hangleitern, so daß der Erste der Reihe zunächst an dem Tritte, der an dem einen Ende der Leitern steht, seinen Platz einnimmt. Wir stellen die Leitern so hoch über der Bodenfläche, daß auch die Größeren im Hang bei gestrecktem Leibe dieselbe nicht berühren. Wer seine Uebung gemacht hat, reiht sich an den Letzten der Reihe, während die Andern an das Geräth der Reihe nach vorrücken. Die Herrichtung des

Geräthes läßt es zu, daß stets Mehrere in Gemeinübung bethätigt werden können, am zweckmäßigsten aber werden vier oder nur zwei zur Uebung vorgerufen, so daß, wenn z. B. eine Hangübung an nur einer Leiter ausgeführt werden kann, sich die Uebenden auf die beiden Leitern vertheilen. Der Lehrer hat nun stets zu ordnen, daß sich die Uebenden nicht hindern.

Erste Stufe.

Hang mit Ristgriff an einem Holme, wobei die Haltung des Leibes frei gegeben ist.

Hangeln mit Ristgriff an einem Holme mit Nachgreifen seitwärts rechts (und seitwärts links).

(Hang und) Hangeln mit Speichgriff an beiden Holmen einer Leiter vorwärts und dann auch rückwärts.

(Hang und) Hangeln mit Ellgriff an den mittleren Holmen beider Leitern, welche in einem mäßigen Abstande von einander gestellt sind, vorwärts und dann auch rückwärts.

Hang mit Ristgriff an einem Holme, bei gestreckten und geschlossenen Beinen und Seitschwingen des Leibes.

Hangeln mit Ristgriff an einem Holme (mit Nachgreifen) seitwärts rechts und links und Seitschwingen. Bei jedem Schwung rechts greift die rechte Hand weiter, bei jedem Schwunge links greift die linke Hand nach, wenn z. B. das Hangeln seitwärts rechts geschieht.

(Hang und) Hangeln mit Speichgriff an beiden Holmen einer Leiter vorwärts und rückwärts, mit Seitschwingen.

Die vorige Uebung mit Ellgriff an den mittlern Holmen beider Leitern.

Hang mit Speich-, Rist- und Ellgriff und Vor- und Rückschwingen.

Wechselhang mit Rist-, Speich- und Ellgriff, wobei die einarmigen Hänge von längerer Dauer sind, als beim gewöhn-

lichen Hangeln an Ort (Scheinhangeln), der je hangfreie Arm hochgestreckt bleibt oder gesenkt wird.

(Hang und) Hangeln mit Speichgriff der einen und Ristgriff der andern Hand an einem Holme und den Sprossen einer Leiter.

Dieselbe Uebung mit Ristgriff einer Hand an den Sprossen einer Leiter und Ellgriff an dem Holme der andern Leiter.

Beide letzte Uebungen zugleich mit Seitschwingen.

Hangeln mit Speichgriff an den Sprossen einer Leiter seitwärts rechts und links, wobei stets die greifenden Hände durch eine Sprosse getrennt sind (mit Nachgreifen). Wird auch zugleich mit Seitschwingen geübt.

Hangeln mit Ristgriff an den Sprossen beider nahegestellter Leitern, oder nur einer Leiter vorwärts und rückwärts, mit Nach- oder Weitergreifen. Wird auch mit Seitschwingen geübt.

(Hang und) Hangeln im Seitspannhang mit Ristgriff an einem Holme seitwärts rechts und links, wobei die Spannhalte der Arme nicht aufgegeben, der Leib durch Seitschwingen fortbewegt wird.

Dieselbe Uebung mit Speichgriff der einen Hand an dem Holme einer Leiter und Ellgriff an dem Holme der andern nahegestellten Leiter vor- und rückwärts.

Hangeln mit Ristgriff an einem Holme seitwärts rechts und links, wobei die eine Hand zu großen Spannhängen weitergreift, die andere je zum Schlußhang beider Hände nachgreift, der Leib durch Seitschwingen fortbewegt wird.

Hangeln mit Ristgriff an einem Holme seitwärts rechts und links mit Nachgreifen, bei gleichzeitigem Vor- und Rückschwingen. Die mannigfaltigen hier möglichen Uebungsfälle mag der Lehrer selber ordnen.

Dieselbe Uebung mit Speichgriff an den Holmen einer Leiter, mit Ellgriff an den mittlern Holmen beider unfern von einander gestellten Leitern. Ebenso mit Ristgriff an den

Sprossen beider Leitern, oder nur einer Leiter und im Spannhang mit Speich- und Ellgriff an den Holmen beider Leitern.

Hang mit verschiedenen Griffen an den Holmen oder den Sprossen und Kreis- oder Trichterschwingen rechts oder links.

Hang und Hangeln mit verschlungenen Fußristen bei gekreuzten Unterbeinen.

❋ Hang und Hangeln mit Hangknieen.

❋ Hang und Hangeln mit Hanghocken (Hockhangeln).

❋ Hang und Hangeln mit Grätschhalte (Hanggrätschen).

Hang und Hangeln mit Vor- und Rückgrätschhalte.

❋ Hang und Hangeln mit beidbeinigem und wechselbeinigem Anfersen.

❋ Hang und Hangeln mit wechselbeinigem oder einbeinigem Knieaufschnellen.

❋ Hang und Hangeln mit wechselbeinigem Vor- und Seitspreizen.

❋ Hang und Hangeln mit Grätschen und Schließen.

❋ Hang und Hangeln mit Gegenspreizen vor- und rückwärts.

❋ Wechselhang und Hangeln mit Handklappen des je hangfreien Armes an die Schenkel, wobei die gestreckten Arme durch die Ebene seitlings oder vorlings vom Leibe geschwungen werden.

Hang und Hangeln mit Griffwechsel je des hangfreien Armes aus und zu Speich-, Rist- und Ellgriffen an Holmen und Sprossen. Die besondern Uebungen kann der Lehrer selber ordnen.

Hang in Klimmhängen auf Dauer und langsames Absenken zum gestreckten Armhang. Hierbei unterstützt der Lehrer die Schüler in ihren ersten Versuchen im Ziehklimmen und leitet die Schüler an, sich selbst aus gestrecktem Armhange zum Klimmhange aufzuziehen, das Ziehklimmen ohne Hülfe darzustellen, wobei er nun auch das Hangen mit Kammgriff ordnen kann

(Hang und) Hangeln mit Kammgriff an der äußern

Seite des Holmes einer Leiter seitwärts rechts und links (mit Nachgreifen).

Hang mit Speichgriff an den Holmen oder Sprossen einer Leiter, mit Grätschhalte und schwunghaftes Gegendrehen um die Längenaxe des Leibes.

Drehhangeln aus einem Seitspannhang mit Ellgriff an den Sprossen einer Leiter mit Gegendrehen um die Längenaxe zu halben Drehungen (rechts und links), wobei je die weitergreifende Hand, z. B. beim Drehen rechts die linke Hand, beim Drehen links die rechte Hand, mit Ellgriff greift, während zuerst die hangfeste rechte Hand und dann im Wechsel die linke durch die Drehung Speichgriff hat. Die Fortbewegung des hangelnden Leibes wird dabei durch Seitschwingen des zugleich drehenden Leibes und Halbkreisschwingen des je hangfreien Armes nach unten befördert.

Drehhangeln aus einem Seitspannhang mit Ristgriff an dem Holme einer Leiter mit Gegendrehen zu halben Drehungen rechts und links, wobei je die weitergreifende Hand z. B. beim rechts Drehen die linke, beim links Drehen die rechte Hand mit Ristgriff greift, während zuerst die hangfeste rechte Hand und dann im Wechsel die linke Hand durch die Drehung Kammgriff hat, die eine Hand mit Durchgriff zwischen den Sprossen an der innern Seite des Holmes, die andere an der äußern Seite des Holmes greift. Wird mit Seitschwingen dargestellt.

❋ Liegehang vorlings mit Ristgriff an dem äußern Holme einer Leiter (oder mit Speichgriff an den Sprossen) und Kniehang an dem innern Holme der andern Leiter und Hangeln im Liegehang seitwärts rechts (oder links).

Dieselbe Uebung auch mit Fersenhang der Beine.

Dieselbe Uebung mit Kniehang an dem andern Holme derselben Leiter, wobei die Beine zwischen den Sprossen durchgeschoben werden.

Dieselbe Uebung an den Sprossen einer Leiter, vor- und rückwärts (kopf- und fußwärts).

Dieselbe Uebung mit Knie- oder Fersenhang der gegrätschten Beine an den Außenseiten der Holme und Rist- oder Speichhang der Hände an den Sprossen oder Holmen der Leiter.

Dieselbe Uebung zwischen beiden auseinander gerückten Leitern, wobei der Kniehang an der Außenseite beider innern Holme erfolgt, die Hände mit Ristgriff an den Sprossen, oder mit Ellgriff (oder Speichgriff) an den innern Holmen beider Leitern hangeln, vor- und rückwärts.

Bei allen hier aufgeführten Uebungen im Liegehang können die Arme gestreckten Hang oder Klimmhang haben.

Oberarmhang bei vorgestreckten Armen an einem Holme der Leiter und Versuche zum Hangeln seitwärts rechts und links.

Die gleiche Uebung bei seitgestreckten Armen an den innern Holmen beider Leitern.

Oberarmhang wechselarmig zum Dauerhang an einem Arme.

Unterarmhang bei vorgehaltenen Armen an einem Holme der Leiter und Versuche zum Hangeln seitwärts rechts und links.

Dieselbe Uebung bei seitgehaltenen Armen an den innern Holmen beider Leitern.

Unterarmhang wechselarmig zum Dauerhang an einem Arme.

(Hang und) Hangeln mit Speichhalte der Arme und Häckelgriff der Finger an den Häckelkanten der Holme einer Leiter vor- und rückwärts. Die Uebung wird so vorbereitet, daß zuerst nur die eine Hand an der Häckelkante greift, während die andere an dem Holme oder an Sprossen greift.

Gemischte Hand-, Ober- und Unterarmhänge, Häckelhänge kann der Lehrer selber ordnen.

❋ Hang mit Ristgriff an den Sprossen beider im Abstand einer Leibesbreite von einander gestellten Leitern und rückwärts Ueberdrehen um die Breitenaxe. Wird anfangs

aus dem Stand an niedergestellten Leitern und dann auch bei höhergestellten Leitern aus dem Hang geübt, wobei der Lehrer die Uebenden in jeder Weise unterstützt und es gewährt, daß die Anfänger das Ueberheben sich dadurch erleichtern, daß sie die Beine zuerst zum Kniehang auf die Holme bringen. Nach dem Ueberdrehen rückwärts aus dem Hang kann zum Stand abgesprungen werden, oder es wird das Gegendrehen zum Ueberdrehen vorwärts geordnet. Beide Bewegungen können dann auch mehreremal aufeinanderfolgend dargestellt werden.

Die gleiche Uebung mit Speichgriff an beiden innern Holmen der Leitern.

Die gleiche Uebung mit Speichgriff an beiden Holmen einer Leiter, wobei die Beine durch Anstemmen an den Sprossen das Durchschieben zwischen den Armen bewerkstelligen, oder hockend angezogen den Durchschub ohne Berührung der Leiter und der Arme vollführen.

Die gleiche Uebung mit Ristgriff an dem Holme einer Leiter, oder an einer Sprosse; ebenso mit Ellgriff an beiden innern Holmen beider Leitern.

❋ Hang mit Speichgriff oder Ellgriff an den innern Holmen beider Leitern und Ueberdrehen zum Liegehang rücklings, wobei die beiden gegrätschten und gestreckten Beine mit Risthang der Füße an beiden innern Holmen der Leitern zugleich mit den Händen den Leib im Hange halten. Die Uebung, Schwimmhang genannt, wird gewöhnlich so dargestellt, daß Kopf und Rücken rückwärts gebeugt werden.

Die gleiche Uebung mit Rist- oder Kammgriff an den Sprossen beider Leitern.

❋ Liegehang an einem Arme und an einem Beine gleicher oder entgegengesetzter Leibesseiten.

❋ Hang mit halber Drehung rückwärts um die Breitenaxe zum Abhang des gestreckten Leibes.

Sprung vom Boden zum Hang, bei höhergestellten Leitern und Niedersprung zum Boden. Die nähere Anordnung die-

ser Uebungen, daß z. B. der Sprung ohne und mit Anlauf geschehen kann, bleibt dem Lehrer überlassen.

Von den Uebungen des Niederspringens aus dem Hang heben wir nur das Niederspringen in die Weite nach einem Hangschwingen hervor.

Dauer- und Wettübungen im Hange und Hangeln zu ordnen, überlassen wir dem Lehrer.

Zweite Stufe.

(Hang und) Hangeln mit Rist- oder Kammgriff an der innern Seite eines Holmes seitwärts rechts und links, wobei die Hände zwischen den Sprossen durchgreifen müssen.

(Hang und) Hangeln mit Ellgriff an den innern Seiten beider Holme einer Leiter vor- und rückwärts, wobei die Hände zwischen den Sprossen durchgreifen.

(Hang und) Hangeln mit Speichgriff an den innern Seiten der mittleren Holme beider Leitern vor- und rückwärts, wobei die Hände zwischen den Sprossen durchgreifen. Wird ohne und mit Seitschwingen geübt.

(Hang und) Hangeln mit Speichgriff an der innern und äußern Seite eines Holmes vorwärts und rückwärts, wobei die an der innern Seite des Holmes fassende Hand stets zwischen den Sprossen durchgreift.

Hangeln mit Speichgriff an den Sprossen einer Leiter seitwärts rechts und links, wobei die eine Hand zu großen Spannhängen weitergreift, die andere je zum Schlußhang beider Hände nachgreift, der Leib durch Seitschwingen fortbewegt wird.

Die gleiche Uebung mit Ellgriff, doch so, daß die nachgreifende Hand nur je zum Hang an der Sprosse greift, welche der Sprosse zunächst liegt, an welcher die vorgreifende Hand den Hang ausführt.

Hangeln mit Ristgriff an der innern Seite eines Holmes seitwärts rechts und links, wobei die eine Hand zu großen Spannhängen zwischen den Sprossen durchgreift, die andere

Hand mit Durchgriff zwischen den Sprossen zu möglichst kleinen Spannhängen nachgreift, der Leib mit Seitschwingen fortbewegt wird.

Die gleiche Uebung mit Kammgriff an der innern Seite eines Holmes.

Die vier zuletzt genannten Hangelarten können auch so dargestellt werden, daß der Uebende stets aus und zu Spannhängen weiter- und nachgreift. Leichtere Stufen als die hier bezeichneten sind noch: Das Hangeln mit Ristgriff an der äußern Seite eines Holmes seitwärts rechts und links mit Weiter- und Nachgreifen aus und zu Spannhängen; dann die gleiche Uebung mit Kammgriff; und endlich mit Ellgriff, wobei die Fortbewegung des Leibes fast nur durch das Seitschwingen möglich wird, indem die einwärts gedrehten Arme kaum eine das Hangeln unterstützende Mitbewegung zulassen.

Hangeln mit Ristgriff an den Sprossen beider von einander abstehenden Leitern mit Weitergreifen vor- und rückwärts, aus und zu Spannhängen, wobei der Leib durch Seitschwingen fortbewegt wird.

Noch andere Hangelarten, wobei entweder zu Spannhängen weitergegriffen, zu Schlußhängen der Hände, oder kleineren Spannhängen nachgegriffen wird, oder solche Hangelarten, wobei aus und zu Spannhängen weiter und nachgegriffen wird, sind leicht zu bestimmen und werden von den Schülern selber leicht aufgefunden, namentlich dann, wenn die Wahl verschiedener Griffe beider Hände an Holmen, Sprossen und Häckelkanten frei gegeben wird. Wir bezeichnen nur noch folgende Hangelart:

(Hang und) Hangeln mit Ristgriff an der äußeren Seite eines Holmes seitwärts rechts und links, wobei z. B. beim Hangeln in erster Richtung die linke Hand stets kreuzend rücklings oder vorlings vom rechten Arme rechts hin weitergreift, worauf die rechte Hand schnell seitwärts rechts weitergreift. Es kommt bei diesem Seitwärtshangeln mit aufein-

anderfolgendem Weitergreifen darauf an, daß der Leib keine Drehung um die Längenaxe macht, weshalb nach einem kreuzenden Weitergreifen einer Hand die andere das Weitergreifen schnell auszuführen hat. Die Uebung fällt den Schülern nicht schwer, wenn der Lehrer anfangs Hülfe und Anleitung gibt.

(Zuckhangen und) Zuckhangeln mit Speichgriff an den Holmen einer Leiter vor- und rückwärts, wobei der Leib mit Vor- und Rückschwingen fortgeschnellt wird und zwar so, daß bei der Fortbewegung vorwärts je mit einem Vorschwingen das gleichzeitige Zuckhangeln der Arme zu kleinerem oder größerem Ruck, bei der Fortbewegung rückwärts hingegen das Zuckhangeln je mit einem Rückschwingen erfolgt.

Dieselbe Uebung mit Ellgriff an den mittlern Holmen beider Leitern.

(Zuckhangen und) Zuckhangeln mit Riſtgriff an einem äußern Holme seitwärts rechts und links, wobei der Leib gleichfalls mit Vor- und Rückschwingen fortgeschnellt wird, entweder so, daß nur je mit einem Vorschwingen, oder nur je mit einem Rückschwingen fortgezuckt wird, oder so, daß mit jedem Vor- und Rückschwingen die Fortbewegung im Zuckhangeln erfolgt.

(Zuckhangen und) Zuckhangeln mit Speichgriff an den Holmen einer Leiter vor- und rückwärts ohne Schwingen des Leibes, wobei den Anfängern gestattet ist, die Fortbewegung durch Aufschnellen der Kniee zu unterstützen, von den Geübteren aber verlangt wird, das Zuckhangeln bei gestreckten und geschlossenen Beinen auszuführen.

Dieselbe Uebung mit Ellgriff an den mittleren Holmen beider Leitern und mit Riſtgriff oder Kammgriff seitwärts rechts und links an dem äußeren Holme einer Leiter.

Uebungen, wobei das Zuckhangen- und Hangeln mit verschiedenen Griffen beider Arme an Holmen und Sprossen mit und ohne Schwingen ausgeführt wird, können leicht angeordnet, oder den Schülern zu erfinden überlassen werden.

(Hang und) Hangeln mit Speichhalte der Arme und Häckelgriff an den Häckelkanten der Holme einer Leiter vor- und rückwärts, wobei der Leib mit Seitschwingen fortbewegt wird. Auch diese Uebung kann so vorbereitet werden, daß nur die eine Hand an der Häckelkante greift, währernd die andere Hand den Griff an dem Holme oder an Sprossen hat.

(Hang und) Hangeln mit Kamm- oder Risthalte der Arme und Häckelgriff an der Häckelkante eines Holmes seitwärts rechts und links mit Vor- und Nachgreifen. Diese Uebungen werden nur versuchsweise angeordnet.

Hangeln mit Griffwechsel je der hangfreien Hand mit Speichgriff und Ristgriff an den Holmen und Sprossen einer Leiter vor- und rückwärts, ohne Schwingen und mit Seitschwingen.

Hangeln mit Griffwechsel je der hangfreien Hand mit Ristgriff an einem äußern Holm und Speichgriff an den Sprossen einer Leiter seitwärts rechts und links, ohne und mit Seit- oder Vor- und Rückschwingen.

Hangeln mit Griffwechsel je der hangfreien Hand mit Ellgriff an den mittleren Holmen beider Leitern und Ristgriff an den Sprossen derselben vor- und rückwärts, ohne und mit Seitschwingen.

Hangeln mit Griffwechsel je der hangfreien Hand mit Ristgriff an dem äußern Holm einer Leiter und Kammgriff mit Durchgreifen zwischen den Sprossen an der innern Seite des gleichen Holmes seitwärts rechts und links, ohne und mit Seitschwingen.

Auch dieses Hangeln mit Griffwechsel der je hangfreien Hände läßt sich auf eine große Mannigfaltigkeit von Uebungen ausdehnen, welche Lehrer oder Schüler leicht auffinden, namentlich wenn auch hierbei die verschiedensten Griffarten an Holmen, Sprossen und Häckelkanten in Aufeinanderfolge gebracht werden.

Zuckhangen mit gleichzeitigem Griffwechsel beider hangfreien Hände aus dem Hang mit Speichgriff an den Sprossen

einer Leiter zum Risthang an der innern Seite eines Holmes derselben.

Zuckhangen mit gleichzeitigem Griffwechsel beider hangfreien Hände aus dem Hang mit Kammgriff an der innern Seite eines Holmes zum Speichhang an den Sprossen der Leiter.

Zuckhangen mit gleichzeitigem Griffwechsel beider hangfreien Hände aus dem Hang mit Ellgriff an den Sprossen zum Risthang an der innern Seite eines Holmes der Leiter.

Die drei zuletzt genannten Uebungen des Griffwechsels im Zuckhangen lassen sich noch in verschiedenen andern Darstellungsweisen ordnen, können aber erst dann mit Erfolg ausgeführt werden, wenn einmal die Schüler in den nun folgenden Uebungen des Ziehklimmens Fertigkeit erlangt haben.

Hangen mit Speichgriff an den Sprossen einer Leiter und Ziehklimmen bis zur halben oder ganzen Beugung der Arme und langsames Absenken zum Hang an gestreckten Armen. Dauerhang im Klimmhang mit ganzer oder halber Beugung der Arme.

Dieselbe Uebung mit Kammgriff oder Ristgriff an der inneren oder äußeren Seite eines Holmes.

Dieselbe Uebung mit Kammgriff oder Ristgriff an beiden mittleren Holmen, oder an den Sprossen beider Leitern.

Dieselbe Uebung mit Speichhalte und Häckelgriff an den Häckelkanten einer Leiter.

Dieselbe Uebung mit verschiedenen Griffen beider Hände an den Holmen, Sprossen oder Häckelkanten der Leitern.

Das Ziehklimmen und Wiederabstrecken der Arme nach demselben wird dann auch so geübt, daß die Uebenden dasselbe mehreremal aufeinanderfolgend ausführen und kann auf Dauer und in die Wette dargestellt werden.

Versuchsweise kann nun der Lehrer auch das Hangeln in Klimmhängen mit ganzer oder halber Beugung der Arme anordnen und üben lassen, z. B. Klimmhangeln mit Rist-

oder Kammgriff an der äußern Seite eines Holmes seitwärts rechts und links; die gleiche Uebung an den Sprossen beider Leitern vor- und rückwärts; dann auch Klimmhangeln mit Speichgriff an den Sprossen einer Leiter seitwärts rechts und links.

❋ Hang und Hangeln mit beid- oder wechselbeinigem Beinstoßen oder Beinschlagen (nach dem Vorspreizen).

Hang und Hangeln und schwunghaftes Schließen mit Klappen der innern Fußseiten (nach dem Kurzgrätschen).

❋ Hang und Hangeln mit Spreizhalte nur je eines Beines nach vorn oder nach der Seite.

❋ Hang und Hangeln mit Auf- und Abschwingen, oder mit Halte der geschlossenen oder gegrätschten gestreckten Beine zum Hangsitzen.

Hang und Hangeln mit Kreuzschlagen der gestreckten Beine und Füße (nach dem Kurzgrätschen).

Hang und Hangeln mit Spreizen und Schließen nur je eines Beines (wechselbeinig) während des Schwingens; z. B. Seitwärtshangeln mit Seitschwingen und Seitspreizen- und Schließen rechts und links, ferner Vorwärtshangeln und wechselbeiniges Kreuzspreizen vor dem abhangenden andern Beine.

❋ Hang und Hangeln mit wechselbeinigem Knieaufschnellen und Schenkelklappen je mit der hangfreien Hand. Ebenso kann auch je die hangfreie Hand die Fußspitze des Beines der entgegengesetzten Leibesseite berühren, oder bei einarmigen Dauerhängen festhalten.

❋ Hang und Schwingen vor- und rückwärts zum Anfußen vorlings (und auch rücklings) vom Leibe an der Leiter. Hierbei sollen die Arme und der Leib möglichst gestreckt gehalten bleiben.

Dieselbe Uebung versuche man auch mit Seitschwingen.

❋ Hang und Kniehang des einen Beines an dem Arme der gleichen Leibesseite.

(Hang und) Hangeln mit Ristgriff im Spannhang an

der äußern Seite eines Holmes seitwärts rechts und links mit wechselnden einarmigen Hängen, wobei z. B. beim Hangeln rechts der rechte Arm bei einem Seitschwingen rechts sich senkt, um wieder, wenn der Leib am linken Arme links hingeschwungen, bei dem folgenden Seitschwingen rechts weiterzugreifen; mit dem nächsten Seitschwingen links senkt sich der linke Arm, der Leib schwingt an dem rechten Arme rechts hin und bei dem folgenden Seitschwingen links greift die linke Hand nach.

(Hang und) Hangeln mit verschiedenen Armübungen des je hangfreien Armes, z. B. Armkreisen vorlings vor dem Leibe, oder seitlings vom Leibe; ferner Armstöße u. A.

Hang mit Ellgriff im Spannhang an den Sprossen einer Leiter und Gegendrehen rechts und links zu halben Drehungen um die Längenaxe, wobei z. B. die rechte Hand grifffest bleibt und nach einem Drehen rechts Speichgriff hat, bei dem Gegendrehen links wieder Ellgriff bekommt, während die linke Hand, je nach einem Vorschwingen und Rückschwingen mit Ellgriff zum Spannhang greift. Die Uebung wird mehreremal hin und her gemacht, auch so, daß die linke Hand grifffest bleibt. Dabei können die Beine geschlossen, oder gegrätscht gehalten werden.

Drehhangeln aus einem Seitspannhang mit Speichgriff an den Sprossen einer Leiter mit Gegendrehen um die Längenaxe zu halben Drehungen (links und rechts), wobei je die weitergreifende Hand, z. B. beim Drehen links die linke Hand, beim Drehen rechts die rechte Hand mit Speichgriff greift (indem hierbei je die linke und rechte Hand rückwärts schwingt), während zuerst die hangfeste rechte Hand und dann im Wechsel die linke durch die Drehung Ellgriff hat.

Drehhangeln aus einem Seitspannhang mit Ristgriff an der äußern Seite des Holmes einer Leiter mit Gegendrehen zu halben Drehungen, so daß z. B. beim rechts Drehen die linke Hand mit (Zwang) Ellgriff zum Spannhang an der äußern Seite des Holmes weitergreift, die rechte hangfeste

Hand durch die Drehung Kammgriff erhält, die hierauf beim links Drehen zum Spannhang mit Ristgriff beider Hände weitergreift.

Drehhangeln aus einem Seitspannhang mit Ellgriff an den Sprossen einer Leiter mit Walzdrehen zu halben Drehungen, so daß z. B. beim rechts Drehen die linke Hand (vorwärtsschwingend) mit Speichgriff zum Spannhang an einer Sprosse weitergreift, die rechte hangfeste Hand durch die Drehung Speichgriff erhält, worauf bei fortgesetztem rechts Drehen an der hangfesten linken Hand die rechte Hand (rückwärtsschwingend) mit Ellgriff an einer Sprosse zum Spannhang weitergreift, die hangfeste linke Hand durch die Drehung Ellgriff erhält.

Hang aus einem Seitspannhang mit Ellgriff an den Sprossen einer Leiter mit Gegendrehen zu ganzen Drehungen, so daß z. B. beim rechts Drehen die linke Hand (vorwärts im Kreise um den Leib schwingend) wieder mit Ellgriff zum Spannhang an der Sprosse greift, welche sie kaum verlassen, die rechte handfeste Hand durch die Drehung (Zwang) Kammgriff erhält. Beim Gegendrehen links wechselt die rechte Hand zuerst zum Hang mit Ellgriff und nun wird die Uebung im Hang an der linken Hand gemacht, wobei die rechte Hand vorwärts schwingt und nach der Drehung des Leibes wieder mit Ellgriff zum Spannhang an der Sprosse greift, welche sie kaum verlassen hat und die linke hangfeste Hand erhält (Zwang) Kammgriff. Beide Uebungen können mehreremal aufeinanderfolgend dargestellt werden.

Drehhangeln aus einem Spannhang mit Speichgriff der einen und Ellgriff der andern Hand an den äußeren Seiten der Holme zweier Leitern, wobei z. B. bei hangfester linker Hand mit Ellgriff an dem mittleren Holme, die rechte Hand (vorwärts schwingend) mit halber Drehung links mit Speichgriff an der äußern Seite des äußeren Holmes der seitlings links liegenden Leiter greift, die linke hangfeste Hand durch die Drehung Speichgriff erhält, alsbald aber mit einer vier-

tel Drehung links (rückwärts schwingend) an der äußern Seite des Holmes, an welcher die rechte Hand hangt, und nun durch die Drehung Ristgriff erhält, auch mit Ristgriff greift, worauf die rechte Hand (vorwärts schwingend) mit einer viertel Drehung links mit Ellgriff an der äußern Seite des mittleren Holmes der Leiter greift, welche seitlings rechts vom Hangenden liegt, während die hangfeste linke Hand durch die Drehung Speichgriff erhält. Nun folgen die drei Hangdrehungen ebenso bald rechts, bald links und die Hände greifen mit wechselnden Griffen bald an den Holmen der einen und andern Leiter so, daß der hangdrehende und schwingende Leib sich an beiden Leitern ihrer Länge nach fortbewegt.

Die Schüler erlernen die Uebungen des Hangdrehens leicht und der Lehrer fordert dieselben auf, noch andere Arten aufzusuchen und darzustellen, was bei der Mannigfaltigkeit der möglichen Griffarten und Hangflächen wenig Schwierigkeiten hat. Dabei kann Streckung und Schluß der Beine, Hangknieen oder Hanggrätschen angeordnet werden.

❋ Hang mit Ristgriff an der äußeren Seite eines Holmes, Ueberdrehen mit halber Drehung um die Breitenaxe und Durchschieben der Beine zwischen den Armen zum Kniehang an der äußeren Seite des gleichen Holmes. Aus diesem Liegehange an den Händen und den Knieen wird dann seitwärts rechts und links gehangelt, indem die Hände und Kniee im Wechsel den hangenden Leib fortbewegen.

❋ Liegehang mit Ristgriff der Hände und gestreckten Armen an der äußeren Seite eines Holmes und Risthang der Füße an der äußeren Seite des andern Holmes der gleichen Leiter und Hangeln seitwärts rechts und links mit Weiter- und Nachgreifen der Hände und Füße. Dieselbe Uebung auch mit Speichgriff der Hände an den Sprossen der Leiter.

❋ Liegehang mit Speichgriff der Hände und Häckelgriff an den Häckelkanten der Holme einer Leiter und Fersenhang

der gegrätschten Beine an den äußeren Seiten der Holme der gleichen Leiter und Hangeln vor- und rückwärts.

Hangwechsel aus dem Handhang mit Riſtgriff an der äußeren Seite eines Holmes zum Unterarmhang und aus dieſem zum Oberarmhang; hierauf ebenſo der Hangwechſel in umgekehrter Ordnung zum Handhang. Die Uebung wird wechſelarmig und mehreremal aufeinanderfolgend dargeſtellt.

Hangwechſel aus dem Handhang mit Riſtgriff an der äußeren Seite eines Holmes zum Handgelenkhang an der gleichen Hangfläche. Wird wechſelarmig gemacht und dann in Verbindung mit dem vorhergenannten Hangwechſel gebracht. Dabei können während des Handgelenkhanges die Finger zur Fauſt geballt oder geſtreckt werden.

Hangeln mit Riſtgriff der einen und Handgelenkhang der andern Hand an der äußeren Seite eines Holmes ſeitwärts rechts und links.

Hangeln mit Handgelenkgriff beider Arme an der äußeren Seite eines Holmes ſeitwärts rechts und links. Verſuchsweiſe.

Wir beſchränken uns auf dieſe Uebungsbeiſpiele, die nun der Lehrer ſelber leicht zu größerer Mannigfaltigkeit fortentwickeln kann und überlaſſen demſelben auch die Anordnung von Dauer- und Wettübungen, wollen aber am Schluſſe aufmerkſam machen, daß bei vorgerückteren Schülern das Hangeln auch als Gemeinübung von Zweien, Dreien und Vieren an geordnete Ausführung der Zeit der Bewegungen gebunden werden kann, ſo daß im Takte gleiche Bewegungen Mehrerer ausgeführt werden, z. B. das gleichzeitige Weiter- und Nachgreifen der Arme gleicher Leibesſeiten, das gleichzeitige Hangſchwingen in gleichen oder entgegengeſetzten Richtungen, das Drehen in gleichen Drehrichtungen und Maßen der Drehungen, Uebungen, wodurch die Hangfertigkeit der Uebenden an ſehr eigenthümlichen und zugleich ſchwierigen Stufen der Darſtellung erprobt werden kann.

Da die Doppelleitern an ihrem Tragegerüſte nicht nur wagerecht, ſondern auch in ſchrägen Ebenen gerichtet und

gestellt werden können (schräg der Länge oder Breite nach), so können an denselben auch viele Hangübungen an schrägen Hangflächen dargestellt werden. Wenn wir nun davon absehen, diese Uebungen hier zu beschreiben, so hat dieß seinen Grund in dem Umstande, daß wir es vorziehen, für die Hangübungen an schrägen und senkrechten Hangflächen eine Turnvorrichtung zu wählen, welche die Darstellung dieser eigenthümlichen Hangübungen ungleich besser und vielseitiger möglich macht, eine Vorrichtung, an welcher überdieß Uebungen anderer mit den Hangübungen verwandter Turnarten die zweckmäßigste Ausbildung erhalten können. Da wir in den folgenden Abschnitten den Gegenstand selber behandeln, so wollen wir hier nur bemerken, daß der Lehrer nach Gutdünken zuweilen die Leitern schräg stellen und daran solche Hangübungen ausführen lassen kann, die nach Angabe der folgenden Abschnitte gerade auch ihre Anwendung an den schräggestellten Doppelleitern finden können. Die eigenthümliche Beschaffenheit der Geräthe bedingt eben auch großentheils die eigenthümliche Gestaltung der Uebungen an denselben.

Auch zu Stemmübungen auf Armen können die beiden Doppelleitern, wenn sie bei einem Abstande einer Leibesbreite von einander gelegt und in Barrenhöhe gestellt sind, benutzt werden. Der Lehrer kann dieselben zuweilen zu diesen Uebungen verwenden und bei den verschieden gerichteten Stützflächen, welche die Leitern darbieten, Uebungen im Stütz und Stützeln anordnen, die Griffarten zulassen, welche an den Holmen des Barrens nicht in der Mannigfaltigkeit zu üben sind. Besonders kann auch noch hervorgehoben werden, daß die der Länge nach schräg gestellten Leitern zugleich einen Schrägbarren ersetzen, zum Steigstützeln schräg auf- und abwärts, die Fortbewegung im Stütz auf schrägen Stützflächen.

Auch die Hangübungen am Hangrechen, wobei die in wagerechter Ebene Hangelnden an senkrechten Hangflächen, den Zapfen des Hangrechens greifen, überlassen wir dem

Lehrer selber zu ordnen und verweisen auf die folgenden Hangübungen am Stangengerüste, welche zum Theil den Hang und das Hangeln am Hangrechen ersetzen können. Eine Beschreibung des Hangrechens, welcher wie die Leitern auf dem Leitergerüste befestigt wird, werden wir weiter unten folgen lassen.

Hangübungen an den schrägen und senkrechten Hangflächen des Stangengerüstes.

Das Stangengerüst, dessen Beschreibung und Abbildung man weiter unten nachsehe, ist so hergestellt, daß an demselben die Uebungen des Hangens und Hangelns an schrägen und senkrechten Hangflächen in möglichst mannigfaltiger Weise und zugleich von Mehreren in Gemeinübung ausgeführt werden können. Der Umstand, daß namentlich die Hangelübungen in leichteren und verschiedenartigen Darstellungen und zudem von mehreren Turnern in Gesellschaft ausgeführt werden können, macht den Schülern das Turnen an dem Stangengerüste zur angenehmen Beschäftigung und hat für den Unterricht in den Hangübungen eine nicht hoch genug anzuschlagende Bedeutung. Bei guter Anleitung gelingt es dem Lehrer, alle Schüler im Hangeln allmählig so weit auszubilden, daß diese Fertigkeit bei der turnenden Jugend eine ganz allgemeine wird und die Mittel zu den Uebungen fortzuschreiten, wobei die Armkraft und Schulterentwickelung wesentliche Bedingungen der Darstellung ausmachen, in entsprechendster Weise geboten werden können. Es bildet darum diese Turnvorrichtung ein für das Turnen dieser Altersstufe unentbehrliches Geräth, welches außer zu den Uebungen des reinen Hanges auch noch zu den verschiedensten Steigübungen und Kletterübungen, wobei Hang- und Stemmkraft vereint wirken, die angemessensten Stützflächen darbietet, namentlich, wenn das Gerüst auch noch mit Tauen verschiedener Art, mit Leitern, Brettern und den Turnvorrichtungen ver-

sehen wird, wie wir dieselben in der Abbildung desselben anschaulich gemacht haben.

Die ganze Schülerabtheilung wird im Ring um das Stangengerüst aufgestellt und vier oder sechs oder mehr Schüler treten stets zu gleichzeitiger Uebung an den ihnen vom Lehrer angewiesenen Ort und schließen sich nach der Uebung wieder an die Letzten der Reihe an.

Erste Stufe.

Wir setzen hier voraus, daß unsere Schüler in den Hangübungen an den wagerechten Doppelleitern schon einige Fertigkeit erworben haben und bemerken für den Lehrer, daß beim Hang an schrägen und senkrechten Hangflächen außer den greifenden Händen stets auch die Handgelenke gebeugt sind und daß ferner das Hangeln bei gestreckten Armen an diesen Hangflächen kein Klimmen ist, indem die kleinen Weitergriffe durch entschiedenes Schulterzucken bewirkt werden.

(Hang und) Hangeln mit Speichgriff an zwei Schrägstangen auf- und abwärts, wobei die Stangen vorlings von dem Uebenden sind.

Dieselbe Uebung mit Seitschwingen.

Hang mit Speichgriff an zwei Schrägstangen und Wechselhang zu einarmigen Hängen von kürzerer und längerer Dauer. Wird im Hang vorlings und rücklings von den Stangen geübt.

Hang mit Speichgriff oder Ellgriff im Vor- und Rücklingshang an den beiden Schrägstangen und Vor- und Rückschwingen oder auch Kreisschwingen zum Trichter.

Derselbe Hang und Seitschwingen rechts und links hin mit Gegendrehen rechts und links mit halben Drehungen um die Längenaxe, wobei die beiden Hände grifffest bleiben.

Hangeln mit Ellgriff im Rücklingshange an zwei Schrägstangen, auf und abwärts. Wird ohne und mit Seitschwingen geübt.

Hangeln mit Speichgriff im Vorlingshange an der Reihe der schrägen Stangen, seitwärts rechts und links, mit Seitschwingen, wobei die je nachgreifende Hand zum Schlußhang unter der grifffesten andern Hand greift, worauf diese rasch weiter greift zur folgenden Stange.

Dieselbe Uebung an nur drei Stangen, so daß bald die rechte, bald die linke Hand zum Schlußhang an der mittleren der drei Stangen nachgreift, der Uebende sich seitwärts links und rechts hin- und her bewegt. Die Bewegung der hangelnden Arme kann hier dem Rhythmus des Kibitzganges entsprechend geordnet werden.

In Betreff der Beinthätigkeiten, welche dem Hangeln zugeordnet werden können, verweisen wir auf die Uebungen der ersten Stufe an den wagerechten Leitern; ebenso auf die dort aufgeführten Uebungen des Ueberdrehens im Hang (Ueberschlagen, Schwimmhang u. A.)

❋ Hangeln im Liegehang vorlings mit Speichgriff oder Ellgriff der Hände und Kniehang der gegrätschten Beine an den inneren oder äußeren Seiten zweier Schrägstangen, auf- und abwärts. Die Uebung kann auch so geordnet werden, daß die Beine im Hang der gekreuzten Füße an nur einer Stange hangen.

(Hang und) Hangeln an Ort (Scheinhangeln) mit Speichgriff an zwei senkrechten Stangen.

Hang an zwei senkrechten Stangen und Vor- und Rückschwingen.

Hangeln an zwei senkrechten Stangen, auf- und abwärts.

Auch hier verweisen wir in Bezug auf die Beinübungen, das Drehen um die Breitenaxe, das Springen zum Hange und aus demselben auf die bei den wagerechten Leitern beschriebenen Uebungen erster Stufe.

Es kommt bei den Schülern der ersten Stufe darauf an, daß sie namentlich die Uebungen des Hangelns an den schrägen und senkrechten Stangen zu der Fertigkeit und Ausdauer bringen, daß sie die ganze Höhe (Länge) der Stangen er-

hangeln. Es gibt überhaupt das Geräth auch zu vielen Wettübungen schöne Gelegenheit.

Zweite Stufe.

(Hang und) Hangeln mit Speichgriff im Vorlingshange an zwei Schrägstangen und Vor- und Rückschwingen, auf- und abwärts. Die Uebung wird so geordnet, daß je bei einem Rückschwingen weitergegriffen wird.

Hang mit Speichgriff oder Ellgriff im Vor- und Rücklingshange an zwei Schrägstangen und Seitschwingen im Wechselhang zu einarmigen Hängen von längerer Dauer, wobei der je hangfreie Arm an den Schenkel anhandet.

Hangeln mit Speichgriff im Rücklingshange an zwei Schrägstangen, auf- und abwärts. Wird ohne und mit Seitschwingen geübt.

Hangeln mit Speichgriff im Rücklingshange an der Reihe der schrägen Stangen, seitwärts rechts und links, mit Seitschwingen. Man vergleiche die entsprechende Uebung in der ersten Stufe.

Hangeln mit Speichgriff im Vorlingshange an nur drei Stangen, auf- und abwärts, wobei, beim Hangeln aufwärts in Zickzacklinien schräg links und rechts, mit Seitschwingen so gehangelt wird, daß die je zum Schlußhang an der mittleren Stange greifende Hand über der andern Hand fasset; beim Hangeln abwärts so, daß der Schlußhang unter der schon hangenden Hand erfolgt.

Hangeln mit Speichgriff im Vorlingshange an der Reihe der schrägen Stangen schräg seitwärts auf und ab, rechts und links hin mit Seitschwingen, wobei die je zum Schlußhang greifende Hand über der hangfesten andern Hand fasset, wenn das Hangeln aufwärts geschieht; unter derselben bei dem Abwärtshangeln.

Hangeln mit Ristgriff der einen und Speichgriff der andern Hand im Spannhang zwischen einer Reihe schräger und

einer Reihe senkrechter Stangen, vorwärts und rückwärts. Die Uebung wird in der Höhe der Stangen da ausgeführt, wo die Spannung des Winkels, welchen die schrägen mit den senkrechten Stangen bilden, noch klein ist.

Drehhangeln mit Speichgriff der einen und Ellgriff der andern Hand mit Gegendrehen zu halben Drehungen, an der Reihe der schrägen Stangen, mit Seitschwingen. Greift die eine Hand mit Ellgriff weiter, so erhält je die andere Hand durch die Drehung Speichgriff und auf einen Vorlingshang folgt stets ein Rücklingshang. Die Fortbewegung des hangelnden Leibes erfolgt dabei in wagerechter Ebene.

Drehhangeln mit Speichgriff beider Hände zu Ellgriff beider Hände mit Walzdrehen zu halben Drehungen, an der Reihe der schrägen Stangen.

Haben die Schüler Geschicklichkeit und Kraft im Hangeln erlangt, so kann der Lehrer aus der großen Zahl der Uebungen im Hangeln dies auch so ordnen, daß an den schrägen Stangen der einen Stangenreihe das Aufwärtshangeln, an der gegenüberliegenden andern Reihe der Schrägstangen, oder auch an einer der Reihen der senkrechten Stangen das Abwärtshangeln ausgeführt wird. Wir überlassen dem Lehrer, aus der großen Fülle der sich hier ergebenden Uebungen das für diese Stufe Zweckmäßige auszuwählen.

(Hang und) Hangeln mit Speichgriff im Schlußhang an nur einer Schrägstange, auf- und abwärts.

(Hang und) Hangeln mit Speichgriff im Klimmhang an zwei Schrägstangen, auf- und abwärts; versuchsweise.

(Hang und) Hangeln mit Ristgriff im gestreckten Hang des einen und Klimmhang des andern Armes, seitwärts auf und ab an einer Schrägstange, oder vor- und rückwärts an einer Reihe der Schrägstangen, wobei sich der Hangelnde in wagerechter Ebene fortbewegt.

Hangeln mit Ziehklimmen (bisher in der Turnsprache „Klimmen" (!) genannt), mit Speichgriff im Schlußhang an nur einer Schrägstange, mit Nachgreifen aufwärts, und Abhangeln im

Klimmhang. Diese Uebung wird erst mit Erfolg ausgeführt, wenn das Ziehklimmen im Hange vorausgeübt ist, überhaupt die Arme durch die verschiedenen Hangübungen größere Kraft erlangt haben und kann dann auch an einer senkrechten Stange versucht werden.

Hang mit Speichgriff an zwei Schrägstangen und Zuckhangeln mit Vor- und Rückschwingen auf- und abwärts. Das Aufzucken der gestreckten Arme erfolgt stets bei einem Rückschwingen.

Hangeln an zwei senkrechten Stangen einer oder beider Stangenreihen mit Vor- und Rückschwingen, auf- und abwärts. Das Weitergreifen erfolgt stets bei einem Rückschwingen.

Auf dieselbe Weise das Zuckhangen an Ort und dann auch das Zuckhangeln auf- und abwärts.

Hangeln zwischen den senkrechten Stangen beider Stangenreihen vorwärts und rückwärts in wagerechter Ebene. Die Uebung wird anfangs mit Weiter- und Nachgreifen an die zunächstliegende Stange und dann so ausgeführt, daß jede Hand mit Ueberspringung einer Stange weitergreift. Wird ohne und mit Vor- und Rückschwingen ausgeführt. Versuchsweise kann auch bei dieser Uebung des Hangelns zwischen beiden Reihen der senkrechten Stangen die Fortbewegung des Hangelnden in einer schrägen Ebene auf- und abwärts geordnet werden.

Zuckhangeln zwischen beiden senkrechten Stangenreihen vor- und rückwärts mit Vor- und Rückschwingen. Auch diese Uebung wird nur versuchsweise geordnet.

Der Lehrer wird auch hier die verschiedenen Arten des Auf- und Abwärtshangelns bestimmen, daß z. B. an senkrechten Stangen auf-, an schrägen Stangen abwärts gehangelt wird, daß aufwärts gehangelt und abwärts im gestreckten Armhange oder im Klimmhange und selber in Ober-, oder Unterarmhängen, sowie in gemischten Arm- und Beinhängen, oder in gemischten Hand- und Armhängen abgerutscht wird, oder daß endlich die Uebenden in einer der verschie-

denen Arten des Kletterns oder des Kletterschlusses, die wir weiter unten beschreiben werden, herabklettern oder herabrutschen. Auch sind die Schüler selber in diesen Uebungen erfinderisch und wissen je nach den Umständen und der Gelegenheit der Hangflächen die mannigfaltigsten Darstellungen in Anwendung zu bringen.

Die Anordnung der beim Hangen und Hangeln geeigneten Beinübungen, das Ueberdrehen an schrägen oder senkrechten Stangen ist nach der Beschreibung dieser Uebungen in der zweiten Stufe der Hangübungen an den wagerechten Doppelstangen zu entnehmen, weßhalb wir nur auf diese zurückzuverweisen brauchen.

❋ Hangeln im Liegehang vorlings mit Speichgriff der Hände im Klimmhang und wechselbeinigem Kniehang mit schwunghaftem Gegendrehen um die Längenaxe an der unteren Seite einer schrägen Stange oder eines schrägen Taues auf- und abwärts. (Wird auch Entern genannt und auch an wagerechten Hangflächen, z. B. am Reck dargestellt.)

❋ (Hang und) Hangeln im Liegehang vorlings mit Ristgriff der Hände und Kniehang (oder Risthang der Füße) an zwei schrägen Stangen, seitwärts rechts und links auf und ab in schräger Ebene.

❋ (Hang und) Hangeln im Liegehang vorlings mit Speichgriff der Hände und Risthang der gegrätschten auswärts gedrehten Beine und Füße zwischen beiden Reihen der senkrechten Stangen, (kopf-) auf- und (fuß-) abwärts in wagerechter Ebene, oder vor- und rückwärts in senkrechter Ebene. Dabei kehrt der Uebende seinen Rücken dem Boden zu. Beide zuletzt genannte Uebungen können bei gestrecktem Armhang, oder mit Ziehklimmen der Arme im Klimmhang ausgeführt werden und sollen nur versuchsweise gemacht werden.

Da an unserem Stangengerüste auch schräge und senkrechte Doppelleitern und Doppelstangen, schräge Bretter, schräge und senkrechte Doppeltaue (welche lose und straff befestigt werden können) angebracht sind, so kann nun der

Lehrer nach Anleitung der Hangübungen an den wagerechten Leitern und an den Stangen des Gerüstes auch leicht die Uebungen des Hangens und Hangelns an jenen Hangflächen anordnen. Dabei führt die Beschaffenheit und Lage der Griffflächen zum Hangen und Hangeln von selbst auf die Anwendung derselben zu Uebungen, welche der Lehrer nun selber für die Schüler der ersten oder zweiten Stufe auswählen kann.

Hang- und Stemmübungen.

Die Uebungen, wobei der hangende Leib durch Stemmen, oder der stemmende Leib durch Hangen unterstützt wird, sei es in der Weise, daß Hangen und Stemmen gleichmäßig oder ungleichmäßig, gleichzeitig oder ungleichzeitig zusammenwirken, finden bei der Turnkunst, wie auch im Leben eine sehr vielfältige Anwendung. Wenn wir bisher für den Lehrer und für die Uebersichtlichkeit des Unterrichtes diese beiden genannten Hauptzustände in den Uebungen möglichst geschieden und unvermischt gehalten haben, so wollen wir nun die Uebungen folgen lassen, bei welchen beide Hauptthätigkeiten des Leibes in gemischter Weise zusammenwirken.

Steigübungen und Kletterübungen an den verschiedenen Stütz- und Hangflächen des Stangengerüstes.

Wir lassen hier die Uebungen im Hangen und Stemmen folgen, welche unter dem Namen Steig- und Kletterübungen bekannt sind und benutzen zur Darstellung derselben das gleiche Stangengerüst, das wir bei den Hang- und Hangelübungen gebraucht. Dasselbe bietet außer den Stangen für die verschiedenen Steig- und Kletterübungen Vorrichtungen und Geräthe aller Art dar, z. B. senkrechte und schräge Leitern, die Strickleiter, das senkrechte Steigbrett mit Staffeln, schräge Steigbretter, die Sprossenstange und das Sprossentau, das Knotentau und straffe, oder lose Doppeltaue, welche schräg und senkrecht befestigt werden können. Wenn auch

das Leben (z. B. beim Treppensteigen, Bergsteigen und auf dem Turnplatze beim Ersteigen des Tiefspringels und beim Schwebegehen auf schrägen Kanten und Schwebestangen) für diese Altersstufe mancherlei Uebungen des reinen Steigens darbietet, so beschränken wir uns mit Rücksicht auf unser Geräth nur auf solche Steigübungen, deren Darstellung an demselben uns für diese Altersstufe angemessen erscheint, nämlich auf solche Steigübungen, bei welchen die obern und untern Glieder gemeinschaftlich wirken. Auch für das Klettern, zu welchem das gewöhnliche Leben den jüngern Altern weniger Gelegenheit darbietet, ist unser Geräth mit seinen verschiedenen Stangen und Tauen, wie schon der Blick auf die Zeichnung desselben lehrt, vorzüglich geeignet.

Wir unterscheiden aber Steigen und Klettern so, daß wir in dem Steigen die Stemmthätigkeit der Glieder allein oder vorwaltend wirksam finden zur Fortbewegung des Leibes, was gewöhnlich in schrägen und senkrechten Ebenen auf- und abwärts geschieht, aber selber in wagerechten Ebenen erfolgen kann; während hingegen bei dem Klettern die Hangthätigkeit der Glieder (zumeist der oberen) vorwaltet und mit dieser der Kletterschluß (zumeist der Beine), bei dem wesentlich Stemmkraft wirkt, die Fortbewegung des Leibes durch die verschiedenen Ebenen hervorbringen.

A. Steigübungen.

Erste Stufe.

Steigen an der oberen Seite der schrägen Leiter und an der senkrechten Leiter, mit Vor- und Nachstellen, oder mit Weiterstellen der steigenden Beine, bei entsprechender Thätigkeit der greifenden Hände, so daß ungleichseitige, oder gleichseitige Glieder wirksam sind. Es erfolgt auf- und abwärts und zwar so, daß Sprosse um Sprosse erstiegen wird, oder daß eine oder mehrere Sprossen überstiegen werden. Hier

und bei vielen Steigübungen an den Leitern können die Hände an den Sprossen, oder an den Holmen greifen; auch kann geordnet werden, daß die eine Hand an den Sprossen, die andere an dem Holme greift, oder daß die Hände mit Griffen an den Sprossen und Holmen wechseln.

Dieselbe Uebung bei gestreckten Armen.

Dieselbe Uebung bei verschiedenen Griffen der Hände an den Sprossen und Holmen, z. B. mit Kammgriff an den Sprossen, mit Ellgriff an den innern Seiten der Holme, oder mit verschiedenen Griffen und selbst mit Griffwechseln der Hände.

❁ Steigen an den obern Seiten beider schrägen Leitern und zwischen beiden senkrechten Leitern in der Grätschstellung der Beine und mit Spannhalte der Arme.

❁ Steigen an einer schrägen und senkrechten Leiter mit wechselbeinigem Anfersen, Seitspreizen, oder Knieaufschnellen.

Steigen im Zehenstand.

Steigen mit wechselbeinigem Kreuzen der steigenden Beine, wobei geordnet werden kann, daß die Innenseiten der Füße an die inneren Seiten der Holme kommen. Es können bei diesem Steigen die Arme in gewöhnlicher Weise, oder auch mit wechselnder Kreuzung greifen.

Steigen an der untern Seite einer, oder beider Leitern.

Steigen an schrägen oder senkrechten Leitern mit Greifen eines Unterarmes und einer Hand, oder beider Unterarme.

❁ Steigen an einer senkrechten Leiter vorlings von einem Holme, wobei dieser zwischen den Beinen und Armen liegt.

❁ Steigen im Sitzhocken.

❁ Wechselbeiniges Sitzsteigen an der oberen Seite der schrägen und an der senkrechten Leiter.

❁ Wechselbeiniges Kniesteigen an der oberen Seite der schrägen Leiter und an der senkrechten Leiter.

❁ Steigen aus dem gestreckten Stehen zum Stehen in tiefer Hockbeuge und aus diesem wieder mit Greifen der Arme zu Ersterem und sofort im Wechsel, so daß bald die

Arme griffest, bald die Beine standfest bleiben. Wird an der oberen Seite der schrägen Leiter und an der senkrechten Leiter geübt.

Steigen an beiden schrägen, oder senkrechten Leitern abwechselnd von der einen auf die andere.

Steigen in der Zwangstellung an den Staffeln des senkrechten Steigbrettes. Hierbei ist mit Zweck der Uebung, die Drehkraft der Beine zu entwickeln, weßhalb darauf zu sehen ist, daß beim Stehen auf ganzem Fuße die inneren Fußseiten das Brett berühren.

❋ Steigen mit kleiner Hockbeuge an den Staffeln des senkrechten Steigbrettes.

❋ Steigen mit tiefer Hockbeuge an der oberen Seite des schrägen Steigbrettes. Anstatt des Herabsteigens kann auch im Stand auf den Füßen vorwärts herabgerutscht werden. Ebenso kann auch von der schrägen Leiter im Grätschsitz auf den Holmen vorlings und rücklings herabgerutscht werden.

❋ Sitzsteigen wechselbeinig an der Sprossenstange.

Steigen an der Strickleiter, die angestrafft, oder lose befestigt ist.

Zweite Stufe.

Steigen an der oberen Seite der schrägen Leiter und an der senkrechten Leiter mit gleichzeitigem Greifen beider Arme an den Holmen oder an den Sprossen.

Steigen mit Hülfe nur eines Armes.

Steigen mit wechselarmigem Greifen beider Arme, doch so, daß nie beide Arme gleichzeitig halten.

Seitlingssteigen an der oberen Seite der schrägen Leiter und an der senkrechten Leiter.

Rücklingssteigen an den gleichen Steigeflächen. Dabei können die gesenkten Arme an den Holmen, oder die gehobenen Arme an den Holmen oder an den Sprossen (der senk-

rechten) Leiter greifen; auch kann der eine Arm gesenkt, der andere gehoben sein.

Steigen an der senkrechten Leiter, wobei während des Steigens vorlings die Leiter umkreis't wird.

❋ Dieselbe Uebung an der schrägen Leiter.

Steigen an der oberen Seite der schrägen Leiter und an der senkrechten Leiter bei gekreuzter Haltung der Beine, wozu noch die gekreuzte Haltung der Arme hinzu kommen kann.

❋ Steigen an einer senkrechten Leiter aus dem Stand vorlings von einem Holme zum Wechseln von der einen Seite der Leiter an die andere mit Gegendrehen rechts und links um die Längenaxe, wobei die Arme an dem Holme greifen.

Die gleiche Uebung, wobei je das standfreie Bein zum Steigen im Bogen von Außen nach Innen spreizt.

Die gleiche Uebung mit wechselbeinigem Kreuzen der Beine, wobei die Hände an den Sprossen greifen.

❋ Steigen an der oberen Seite der schrägen Leiter und an der senkrechten Leiter und wechselbeiniges Rückwärtsspreizen.

❋ Rücklingssteigen an den gleichen Steigeflächen und wechselbeiniges Knieaufschnellen oder Knieausschnellen; ebenso auch Vorwärtsspreizen.

❋ Steigen an zwei schrägen und senkrechten Leitern im Zwangschritt der gegrätschten Beine und Zwangspanne der Arme.

Hüpfsteigen an der oberen Seite der schrägen Leiter und an der senkrechten Leiter, so daß beide geschlossene Füße anfangs nur an zwei Sprossen auf- und abhüpfen, während die Hände grifffest bleiben, dann auch so, daß das Hüpfen von Sprosse zu Sprosse erfolgt, wobei die Arme anfangs wechselarmig und dann auch beidarmig weitergreifen. Auch das beidarmige Greifen kann zuerst an zwei Sprossen auf und ab vorgeübt werden. Die Uebung wird auch an der Sprossenstange, am Sprossen- und Knotentau dargestellt.

❋ Die gleiche Uebung mit Grätschen, oder beidbeinigem Anfersen nach jedem Hüpfen.

Hüpfsteigen mit nur einem Beine (Hinksteigen).

❋ Hüpfsteigen mit Hüpfen im Sitzhocken.

❋ Hüpfsteigen aus dem gestreckten Stehen zum Stehen in tiefer Hockbeuge und aus diesem wieder mit beidarmigem (gleichzeitigem) Greifen der Hände zu Ersterem.

❋ Beidbeiniges Sitzsteigen an der Sprossenstange und am Sprossentau.

❋ Beidbeiniges Kniesteigen an der Sprossenstange.

Beidbeiniges Sitzsteigen an einer Sprosse des Sprossentaues und Hang der Hände an einer höheren Sprosse. Die grätschenden Beine verlassen den Sitz mit Aufschwung zum Kniehang an der Sprosse, an welcher die Hände hangen, oder an einer niederern Sprosse, worauf die Hände an dem Taue weiterhangeln und den Leib zum Sitz aufziehen und der Uebende sich im Wechsel dieser Thätigkeiten aufwärts bewegt. Bei der Bewegung abwärts wechseln dagegen nur Hang der Hände und Sitz.

Steigen und Armübungen, z. B. wechselarmiges Armkreisen; Händeklappen an den Schenkeln mit dem je grifffreien Arme; gleichzeitiges Seitschwingen zur Schulterprobe mit beiden grifffreien Armen; Händeklappen beider grifffreien Arme vor der Brust u. A.

❋ Hangstehen an der untern Seite der schrägen Leiter im Sitzhocken und Hockwippen bei standfesten Beinen und grifffesten Händen. Dabei kann der Leib, wenn die Arme und Beine gestreckt sind, auch nach oben zum Berühren der Leiter angezogen und wieder gesenkt werden (mit Beugen der Hüftgelenke). Je näher die Füße nach der Uebung zu den Händen steigen, desto schwieriger wird die Wiederholung derselben.

❋ Liegesteigen vorlings (Rücken gegen den Boden) an vier senkrechten Stangen, die im Viereck stehen, vorwärts und rückwärts, wobei sich der Uebende in senkrechter Ebene

fortbewegt, an zwei Stangen hangelt, an zweien steigt. Dieselbe Uebung an nur zwei Stangen. Wird versuchsweise geübt.

Hüpfsteigen in der Zwangstellung an den Staffeln des senkrechten Steigbrettes. Wird auch mit nur einbeinigem Hüpfen geübt.

❋ Steigen an dem senkrechten Steigbrett und zwar an der staffelfreien Seite.

Freisteigen an der oberen Seite der schrägen Leiter, wobei der Lehrer die Schüler aufmerksam macht, daß nach jedem Steigschritte ein Verweilen in der Schrittstellung das Schweben des Leibes leicht mache. Dieses reine Steigen, welches zumeist eine Schwebeübung ist, lassen wir doch hier folgen, wenn es auch nur versuchsweise geübt werden mag.

❋ Wenn auch das reine Stützsteigen auf den Armen von den Uebungen dieser Stufe ausgeschlossen bleibt, so kann doch wenigstens an der oberen Seite der schrägen Leiter das Stützsteigen versucht werden, wobei die grätschenden Beine auf beiden Leiterholmen nachrutschen. („Stemmen" in der Turnsprache.)

❋ B. Kletterübungen.

Erste Stufe.

Klimmhang an den Händen und gewöhnlicher Kletterschluß der Beine, wobei das eine Bein hinten, das andere Bein vorn an der schrägen oder senkrechten Stange anliegt. Versuchsweise auch beim Hang an nur einer Hand.

Klettern an der unteren Seite einer schrägen, oder an einer senkrechten Stange aufwärts mit gleichmäßigem Vor- und Nachgreifen der rechten und linken, oder der linken und rechten Hand, ohne Wechseln der Beine im Kletterschluß, so daß je nach einem Ziehklimmen beider Arme die Beine angezogen werden zum erneueten Kletterschluß, worauf die Arme wieder aufwärts greifen.

Dieselbe Uebung mit Uebergreifen der Hände zu kleinen Spannhängen, so daß der Klimmhang nicht aufgegeben wird.

Dieselben Uebungen, wobei die Hände an zwei Stangen greifen, der Kletterschluß dagegen nur an einer Stange geschieht.

Hang an einer Stange und Wechsel des Kletterschlusses der Beine, so daß bald das eine, bald das andere Bein hinten oder vorn an einer senkrechten Stange anliegt.

Klettern und Wechselschluß der Beine an einer senkrechten Stange; man vergleiche die vorige Uebung.

Klettern und rechts oder links die Stange umkreisen beim Aufwärts-, oder Abwärtsklettern.

Klettern an zweien senkrechten Stangen, wobei die Hände beide Stangen erfassen, die Beine im Kletterschluß bald an der einen, bald an der andern Stange halten.

Bei den genannten Kletterübungen kann das Abklettern in gleicher Weise, wie das Aufklettern geordnet werden, oder ein bloßes Abrutschen, wobei die Hände und die Beine nur mäßigen Fallwiderstand leisten, oder die Beine allein, oder die Hände allein. Während des Abrutschens kann auch ruckweise das Herabgleiten unterbrochen werden.

Die gleichen Uebungen werden auch an den schrägen und senkrechten, angestrafften und losen Tauen dargestellt.

Die gleichen Uebungen auch an den dickeren Stangen und an den dünnen Masten des Stangengerüstes, wenn auch an Letzteren nur versuchsweise.

Zweite Stufe.

Halten nur im Kletterschluß an einer senkrechten Stange. Wird auf Dauer geübt und kann auch im Wechsel mit dem Klimmhang auf Dauer dargestellt werden, so, daß der Uebende an Ort bleibt oder auf- und abklettert.

Klettern aufwärts an der oberen Seite einer schrägen Stange, oder so, daß die Hände an zwei Stangen greifen,

der Kletterschluß dagegen nur an einer Stange geschieht. Dieses Klettern im Liegen auf einer Stange bildet eine eigenthümliche Schwebeübung.

Klettern seitwärts rechts, oder links an einer Reihe der senkrechten Stangen in der Weise, daß sich der Uebende von je einer Stange zur andern fortbewegt, ohne auf- und abwärts zu klettern. (Wanderklettern.)

Die gleiche Uebung mit dem Unterschiede, daß sich der Uebende zugleich auf-, oder abwärts bewegt, indem er je nach einem Wechsel von einer Stange zur andern auf- oder abklettert.

Klettern in einer Zickzacklinie zwischen den beiden Reihen der senkrechten Stangen vorwärts oder rückwärts, so, daß der Uebende mit Uebergehung je einer gerade gegenüberliegenden Stange an der nächsten schräg gegenüberliegenden Stange fortklettert. Dieses Wanderklettern wird zuerst so geübt, daß die Fortbewegung ohne Auf- oder Abklettern in einer wagerechten Ebene erfolgt, dann aber auch mit Aufwärtsklettern, oder mit Abwärtsklettern, je nach einem Wechsel von einer Stange zur andern.

Klimmhang an den Händen und Kletterschluß mit nur einem Beine, während das andere Bein frei abhangt, an einer senkrechten Stange. Wird auf Dauer bald mit rechtem, bald mit linkem Beine geübt.

Klettern mit Kletterschluß nur eines Beines an einer senkrechten Stange.

Wanderklettern an der untern Seite der Reihe schräger Stangen ohne, oder mit Aufwärts- oder Abwärtsklettern.

Dieselbe Uebung an der oberen Seite der Reihe schräger Stangen. Man vergleiche hierbei und bei der vorhergehenden Uebung das oben beschriebene Wanderklettern an den senkrechten Stangen.

Klimmhang mit Kletterschluß der gegrätschten und stemmenden Beine auf Dauer, an zwei senkrechten Stangen.

Klettern mit Kletterschluß der gegrätschten Beine an zwei senkrechten Stangen.

Die gleiche Uebung an der unteren oder oberen Seite zweier schrägen Stangen.

Nach allem Aufwärtsklettern kann auch hier das Abwärtsklettern wie jenes geordnet werden, oder das Abrutschen. Eine eigenthümliche Art des Abrutschens an der oberen Seite einer schrägen Stange ist die, wobei der Uebende im freien Spaltsitz bei gestreckten und geschlossenen Beinen rückwärts abgleitet ohne Hülfe der Arme; auch hierbei ist das Schwebehalten von wesentlicher Bedeutung.

Auch das Vorüberklettern an einer senkrechten Stange kann hier von je Zweien geübt werden, so, daß wenn ein Uebender hinaufgeklettert ist, der Andere mit Stirnkehrung gegen jenen an der andern Seite der gleichen Stange nachklettert und diesen beim Abklettern an sich vorüberklettern läßt. Will nun der zuerst Gekletterte wieder hinabklettern, ohne den Nachfolgenden hinabzudrängen, so hat er den Kletterschluß der Beine bei gegrätschter Haltung derselben so lange aufzugeben, bis der Zweite vor seinem Leibe im Klimmhange hangt und nun gleichfalls durch Aufgeben seines Kletterschlusses für den Ersteren Raum gibt zum Erneuern des Kletterschlusses. Hat nun der Erste wieder die Beine zum Kletterschluß gebracht, so gibt er seinen Klimmhang mit kurzer Unterbrechung auf und klettert hinab, worauf der Zweite aufwärts weiter klettert. Nun kann ein Dritter und so fort stets wieder ein Anderer an dem Vorausgekletterten vorüberklettern.

Versuchsweise kann nun auch an einer senkrechten Stange die Fahne im Oberarmhang bei gleichzeitigem Hüftkammstütz des andern Armes geübt werden. Dabei erfaßt der eine Arm mit dem Oberarmgelenke die Stange, während die Hand des gleichen Armes nach unten gerichtet fest greift und der seitwärts nach dem Boden gekehrte abgestreckte Leib ruht auf dem Ellenbogen des gebeugten, stemmenden andern

Armes. Wird nur an der unteren Seite einer Stange geübt.

Die verschiedenen in der zweiten Stufe genannten Kletterübungen werden nun auch an den schrägen und senkrechten, angestrafften und losen Tauen nach Gelegenheit und Angemessenheit geübt und ebenso an den dickeren Stangen und dünneren Masten des Stangengerüstes. Auch kann das Klettern an schrägen und senkrechten Brettern oder Leitern angeordnet und versucht werden.

Noch andere als die hier aufgezählten und beschriebenen Kletterübungen sind bei der Ausstattung des Klettergerüstes leicht zu ordnen. Namentlich aber bietet die Möglichkeit, an verschiedenen Klettergeräthen auf- und abzuklettern, neben der Mannigfaltigkeit der Kletterarten und deren Wechsel mit den Steig- und Hangelübungen eine große Auswahl von Zusammensetzungen dar, die bei dem Triebe der Schüler, Neues zu entdecken, diesen und dem Lehrer leicht zur freudigen Beschäftigung werden.

Der Lehrer hat nun auch zu sorgen, daß Dauer- und Wettübungen aller Art gemacht werden und wird namentlich auch an den auf dem Turnplatze angebrachten größeren Stangen und Tauen den Schülern Gelegenheit geben, größere Höhen zu erklettern, als es die Geräthe an dem nur niederen Stangengerüste zulassen.

Am Schlusse dieser Uebungen bemerken wir nur noch für den Lehrer, daß beim Unterrichte der Umstand, daß wir die verschiedenen Uebungsarten in ihrer natürlichen Ordnung zusammengestellt haben, kein Grund sein soll, dieselben auch in ihrer Anwendung getrennt zu halten. Je nach Umständen und nach der Gelegenheit der Hang- und Stützflächen wird der Lehrer bald eine reine, bald eine gemischte Hangübung, bald eine Steigübung, bald eine Kletterübung ausführen lassen; die freieste Anwendung der Uebungen verschiedenster Ordnung wird oft gerade die Bedingung der lebendigsten Betreibungsweise und diese ergreift Alles, was sie findet.

Nur soll deßhalb die andere Aufgabe des Lehrers, auch die Ordnung der Uebungen in Unterscheidung und Kenntniß zu bringen, nicht außer Auge gelassen werden; das Eine schließt das Andere nicht aus.

Uebungen an der Hang- und Stemmschaukel.

Die Uebungen an dieser eigenthümlichen, zu Hang- und Stemmübungen stellbaren Schaukel, deren Beschreibung wir weiter unten geben werden, haben den Zweck, zugleich mit Befriedigung der im Jugendleben allgemeinen Schaukellust turnerische Fertigkeiten auszubilden, die, wenn sie auch den Reiz des Spieles leicht erwecken, doch nur mit Anstrengung und ausdauernder Kraft erworben werden können. Wenn bei der gewöhnlichen Balkenschaukel (Wippe, Gigampfe), wie sie die Jugend sich oft selbst herrichtet, oder eigens für ihre Uebungen schon zubereitet findet und benützt, die Schaukelnden meist sitzen und durch Abstoßen der Beine vom Boden sich auf und abwiegen, Uebungen die der Turnplatz nicht ausschließt, so ist dagegen das Schaukelgeräth, welches hier in Anwendung kommen soll, so eingerichtet, daß die Uebenden im Hangen oder Stemmen gehalten, die Schaukelbewegung durch Abstoßen der Beine vom Boden hervorbringen müssen. Dabei haben abwechselnd obere und untere Glieder eine kräftigende Thätigkeit, der ganze Leib kann in die verschiedensten Haltungen und Bewegungen aufs wechselvollste versetzt werden. Wir stellen unsere Schaukel gewöhnlich in die Nähe des Stangengerüstes, damit stets Zwei, welche bereits an diesem geübt haben, nun auch eine Schaukelübung machen, welche in Betreff der Zeitdauer für je zwei Uebende, durch Zählen der aufeinanderfolgenden Auf- und Abschwünge geordnet werden kann, etwa so, daß je acht, zehn oder zwölf Auf- und Abschwünge die Uebung eines Paares Schaukelnder der Zeit nach begränzen. Es können aber zugleich auch mehrere solcher Schaukeln beschafft werden, oder es wird eine

Schaukel hergerichtet, an welcher mehrere Schaukelleitern nebeneinander befestigt sind, so, daß gleichzeitig vier oder sechs Schüler üben können. Dazu kömmt noch, daß das Taktschaukeln Aller strenge und übereinstimmend geordnet und gefordert werden kann, so daß auch die geregelte Ausführung nach Zeiten mit in Betracht gezogen wird bei den turnerischen Darstellungen an dieser Schaukelvorrichtung. Bevor wir zu den Uebungen selber fortschreiten, machen wir den Lehrer noch aufmerksam auf die unten beschriebene Schaukel, welche außer der Bewegung der Uebenden auf- und ab, auch zugleich die Fortbewegung der Schaukelnden im Kreise möglich macht und Uebungen zuläßt, die wir hier nicht berücksichtigen und die wir der Anordnung des Lehrers überlassen können.

Erste Stufe.

Schaukeln im Hang der gestreckten Arme mit Speichgriff an den Holmen der reichhoch gestellten Schaukelleiter, wobei die Uebenden Stirn gegen Stirn gekehrt sind. So oft im Wechsel ein Schaukelnder zu Boden kömmt, beugt er sich zum Sitzhocken bei geschlossenen Füßen, worauf derselbe dann wieder mit schwunghafter Streckung der Beine vom Boden sich abschnellt zum Hang des gestreckten Leibes.

Dieselbe Uebung mit Rist- oder Kammgriff an den Sprossen der Leiter.

❁ Dieselbe Uebung mit Grätschen der Beine beim Aufschwingen und Schließen beim Niederschwingen.

❁ Dieselbe Uebung mit Knieaufschnellen beim Aufschwingen und Beinstrecken beim Niederschwingen.

Schaukeln im Oberarmhang an beiden Holmen, wobei zugleich die Hände grifffest sind.

Schaukeln im Ellenbogenhang an den Sprossen der Leiter.

Schaukeln im Stütz der gestreckten Arme mit Speichgriff an den Holmen der brusthoch gestellten Leiter.

Schaukeln im Hang oder Stütz der gestreckten Arme mit Speichgriff, wobei die Uebenden Rücken gegen Rücken gekehrt sind.

Schaukeln im Klimmhang der Arme.

Schaukeln im Knickstütz der Arme.

Schaukeln im Schlußhang der Hände mit Speichgriff an der Sprosse der Leiter, wobei die Uebenden gleiche Seiten (Flanken) gegeneinander kehren.

Dieselbe Uebung mit Greifen der einen Hand an der Sprosse, der andern Hand an einem Holme der Leiter.

Schaukeln im Hang oder Stütz und wechselndes Gegendrehen um die Längenaxe während des Auf- und Abschwingens bei grifffesten Händen.

❋ Schaukeln und beidbeiniges Anfersen.

❋ Schaukeln und Vor- und Rückgrätschen.

❋ Schaukeln und Vor- oder Seitspreizen nur eines Beines.

❋ Schaukeln und Vorschwingen der geschlossenen oder gegrätschten Beine zum Hangsitz oder Stützsitz. Wird auch bis zum Anfußen oder Anknieen (bei gegrätschten Beinen) geübt.

Schaukeln und zweimaliges oder mehrmaliges Fußklappen mit dem Schließen der gestreckten Beine.

Schaukeln und ein- oder mehrmaliges Kreuzen mit dem Schließen der gestreckten Beine und Füße.

Schaukeln und Abschnellen vom Boden mit nur einem Beine. Wird auch bei fortgesetztem Auf- und Abschwingen wechselbeinig geübt.

Schaukeln im Hange an der Hand nur eines Armes. Wird auch bei fortgesetztem Auf- und Abschwingen wechselarmig geübt.

❋ Uebungen am Reck.

Das Reck wurde, wenn auch nicht unter diesem Namen, von GutsMuths vorzüglich zur Ausbildung der für das

Klettern nothwendigen Hangkraft gebraucht; dann später von Jahn zur Darstellung der mannigfaltigsten Hang- und Stemmübungen, welche bei der von ihm diesem Geräthe gegebenen Einrichtung möglich wurden, verwendet. Die neuere Turnkunst hat die Uebungen an einer festen, kürzeren oder längeren Reckstange, die höher oder tiefer stellbar ist, zu einer so großen Mannigfaltigkeit ausgebildet, daß nun an diesem Geräthe Uebungen dargestellt werden, welche auch auf vielen andern Stützflächen möglich sind, z. B. auf dem ebenen Boden, auf der Schwebestange, auf einem oder beiden Barrenholmen, an der Hangleiter, an dem Schwingel, an dem Ringschwebel und andern. Wie überhaupt ein jedes Geräth Uebungen hat, die auch an andern Geräthen wiederkehren, so gewinnen doch viele solcher gleichen Uebungen durch die verschiedene Beschaffenheit des Geräthes eine bald mehr, bald weniger hervortretende Eigenthümlichkeit, die es für die Anwendung wünschenswerth macht, daß jede Uebung an verschiedenen Stützflächen in Anwendung komme.

Die Reckübungen, welche für unsere Altersstufen die geeignetesten wären, haben wir angemessener bei den oben beschriebenen Hang- und Stemmübungen gegeben, (man vergleiche die Uebungen an den wagerechten Doppelleitern, an dem einen Barrenholme;) angemessener deshalb, weil einerseits dort die Einrichtung der Geräthe die Darstellung der Uebungen erleichtert und andrerseits durch die Gemeinübung Mehrerer mehr Wechsel in die Arbeit der Schüler gebracht werden kann.

Wenn wir als dem Recke eigenthümliche Uebungen vorzugsweise die des Drehens besonders um die Breiten- und Tiefenaxe des Leites, bei welchen zugeich die Reckstange umkreist wird, betrachten, so erfordern diese Uebungen eine zu große Hülfeleistung bei den Einzelnen von Seite des Lehrers, als das unser schulmäßiges Turnen solche Uebungen dieser Altersstufe oftmals darbieten könnte. Demungeachtet soll unser Turnplatz einige brusthohe Recke mit Stangen, welche

die Schüler leicht umgreifen können, haben, damit bei Gelegenheit einzelne dieser Uebungen den Schülern gezeigt werden können, sie zum Voraus Anschauungen dieser eigenthümlichen Uebungen erhalten und etwa zu Hause an Recken, die ihnen die Aeltern haben machen lassen, z. B. im Garten oder Hofe, auf Gängen oder zwischen Thüren, mit deren Hülfe sich versuchen können. Die Erfahrung hat uns belehrt, daß selber schon kleinere Knaben Reckübungen von der Art, welche man sonst für schwierigere hält und die wir einer spätern Altersstufe vorbehalten wollen, leicht erlernt haben und sicher darstellen, wenn ihnen von dem Lehrer oder turnerfahrenen Aeltern oder Jugendfreunden Anleitung und Gelegenheit gegeben ward. Für die ersten Versuche der Reckkünste, so wie auch für das Hangeln und Klettern in Haus und Stube kann den Kindern dieselbe dünne Stange dienen, welche man ihnen bald wagerecht, bald schräg und senkrecht hält, wie überhaupt die Aeltern die ersten Turnlehrer ihrer Kinder auch in manchen anderen kleinen Leibeskünsten sein könnten.

Beispielsweise führen wir nun eine Reihe von Uebungen am Reck an:

Sprung in den Stütz mit Ristgriff der Hände, Wechseln zum Kammgriff und vorwärts Abschwingen aus dem Bauchliegen zum Stand.

Dieselbe Uebung ohne Wechseln zum Kammgriff.

Dieselbe Uebung mit Aufknieen eines Beines zwischen den Armen.

Sprung in den Stütz mit Ristgriff und Kehren zum Sitz auf beiden Schenkeln zwischen den Armen und rückwärts Senken zum Knie- und Handhang, anfangs ohne Schwung, darauf fortgesetztes Rückwärtsdrehen im Handhang mit Senken der hockenden Beine zum Stand.

Dieselbe Uebung, wobei nach dem Sitz der gestreckte Leib im Stütz rücklings gesenkt wird und dann rückwärts zum Stand abschwingt.

Sitz auf beiden Schenkeln und vorwärts Senken zum Kniehang, wobei die Hände mit Kammgriff halten. Aus dem Kniehang kann dann der Leib mit Gegendrehen zum Stand gebracht werden, oder mit fortgesetztem Drehen, wobei die Beine unter dem Reck zwischen den Armen durchgeschoben werden.

Liegehang an einem Kniee und am Oberarme der entgegengesetzten Leibesseite und Hang mit Ristgriff der andern Hand. Bei einem Rückspreizen des gestreckten hangfreien Beines wird dann durch den Schwung des Beines der Leib gehoben und mit Drehen vorwärts zum Sitz auf einem Schenkel gebracht bei Stütz beider Hände.

Dieselbe Uebung bei Kniehang eines Beines und Ristgriff beider Hände an den Seiten des Kniees oder nur an der innern Seite des Kniees.

Fortgesetzter Umschwung rückwärts (Welle) in diesen Liegehängen, wobei die Umschwünge am besten aus dem Sitze begonnen werden; dann aber auch, was schwieriger ist und erst nachdem der Aufschwung rückwärts gelernt ist, aus dem Liegehang.

Sitz auf beiden Schenkeln und Rückwärts- oder Vorwärtsabschwingen zum Kniehang, wobei die Arme mit Vorbeugen des Rumpfes hinter das Reck zum Unterarmhang gesenkt werden und die Hände mit Speichgriff die Schienbeine erfassen.

Dieselbe Uebung auch aus dem Sitz auf einem Schenkel, wobei die beiden Hände nur das eine Schienbein erfassen.

Fortgesetzter Umschwung rückwärts und vorwärts (Welle) aus dem Sitz auf einem Schenkel, wobei wie bei der vorausgehenden Uebung die Hände das Schienbein erfassen. Wird später auch aus dem Liegehang gemacht.

Aufschwung aus dem Stand mit Rist- oder Kammgriff der Hände mit Rückwärtsdrehen zum Stütz auf das Reck, wobei der Uebende durch den Schenkelhang und Bauchhang hindurchkömmt, der Leib eine ganze Drehung um seine Breitenaxe macht.

Aufschwung aus dem Stand zum Liegehang mit Riſtgriff der Hände und Riſthang der Füße zwiſchen den Händen bei hockenden Beinen; worauf aus dem Liegehang vorlings durch Rückbeugen des Rumpfes und des Kopfes zum Liegehang rücklings (bei griffeſten Händen und Füßen) gewechſelt wird. Das Reſt.

Am Schluſſe der Uebungen am Reck bemerken wir, daß auch die Uebungen an einer hangenden Reckſtange (Schwebereck) und an den hangenden Ringen (Ringſchwebel) erſt bei den folgenden Altersſtufen in Anwendung kommen ſollen, wenn auch an dieſen Geräthen ſchon die jüngeren Alter mancherlei Künſte leicht darſtellen lernen. Iſt unſer Turnplatz mit ſolchen Geräthen verſehen, ſo kann auch hier der Lehrer zuweilen Anſchauungen von Uebungen geben und die Schüler ſich in denſelben verſuchen laſſen, wie gerade Zeit und Umſtände es geſtatten.

Uebungen am Kreisſchwingel.

Dieſes bekannte Geräth, das auch den Namen Rundlauf führt, wird auch zu Uebungen verwendet, bei welchen zugleich oder abwechſelnd Stemmkraft und Hangkraft der untern und oberen Glieder, oder nur Stemmkraft beider Gliederpaare gemeinſam wirken. Wenn auch hier viele Hang- und Stemmübungen an Ort und im Hin- und Herſchwingen in ſenkrechten Ebenen (durch die Mitte) ebenſo wie z. B. am Reck, am Schwebereck oder an den Ringen dargeſtellt werden können, ſo hat doch der Kreisſchwingel vorzugsweiſe die Eigenthümlichkeit, beſondere Uebungen des Kreisſchwingens um die Mitte zuzulaſſen. Wir beſchränken uns darum hier, nur einige Uebungen im Kreisſchwingen aufzuführen, indem wir es dem Lehrer überlaſſen, auch andere Uebungen an dieſem Geräthe vorzunehmen. Es haben die Uebungen am Kreisſchwingel für die Jugend etwas Anziehendes und werden gern von den Schülern getrieben, wenn auch die geſchickte und ſichere Dar-

stellung eine schon ziemlich entwickelte Kraft und Turnfertigkeit voraussetzt. Die Uebungen werden meist als Gemeinübung von Zweien oder Vieren gemacht, je nachdem das Geräth mit weniger oder mehr Stützflächen versehen ist. Die Griffflächen, an welchen sich die Uebenden halten, können für Jeden einfache oder doppelte Bügel, oder nur ein einfacher Querstab sein, in der Weise, daß die Griffflächen mit ihren Riemen an den Hauptriemen- oder Seilen ein- und ausgehenkt, länger oder kürzer befestigt werden können.

Kreisgehen vorwärts, links oder rechts um die Mitte, wobei entweder der der Mitte zugekehrte gestreckte Arm mit der Hand den Riemen erfaßt, während der an die Brust angeschlossene andere Arm im Klimmhang mit Kammgriff der Hand den Bügel hält; oder nur der eine der Mitte zugekehrte gestreckte Arm im Handhange hält. Beim Halten nur eines Armes kann auch Ober- und Unterarmhang an dem Bügel angeordnet werden. Sind Querhölzer zum Halten da, so kann auch mit Oberarmhang im Schultergelenke das Querholz gehalten werden, wobei die Hand des gleichen Armes den Riemen erfaßt, während der andere Arm das Halten an dem Geräth entweder mit Klimmhang und Kammgriff der Hand an dem Querholze unterstützt oder hangfrei bleibt. Es soll dieses Kreisgehen, wobei die Riemen stets angestrafft bleiben, der Gehende also zugleich hangend gehalten wird, die Bewegung des Laufens, Hüpfens, Springens und freien Hangens im Kreise nur vorbereiten und leitet diese Uebungen auch am schicklichsten ein.

Kreislaufen vorwärts rechts oder links um die Mitte mit den obenangedeuteten Armhaltungen. Die Laufschritte können kleinere und größere, schnellere und langsamere sein, so daß die Kreisbahn mit mehr und weniger Schritten durcheilt wird.

Die gleiche Uebung im Zehenlauf.

Die gleiche Uebung mit Schlaglauf auf den Zehen, wobei die Beine je nach dem Vorspreizen schlagen.

Kreislaufen vorwärts, wobei je das der Mitte abgekehrte gestreckte Bein mit Bogenspreizen von Außen nach Innen vorgeschwungen wird.

Beidbeiniges Kreisspringen bei geschlossenen Beinen und Füßen und Hang an beiden gestreckten Armen. Nachdem der Leib durch Laufen in Schwung versetzt ist, werden je die Beine nach einem Absprunge im Bogen nach Außen zu einem neuen Sprunge vorgeschwungen.

Kreislaufen vorwärts mit Galopplaufen um die Mitte. Das Galopplaufen rechts wird geordnet beim Kreislaufen rechts um die Mitte, das Galopplaufen links beim Kreislaufen links um die Mitte.

Kreislaufen seitwärts rechts oder links mit Galopplaufen um die Mitte, wobei der Uebende vorlings der Mitte zugekehrt ist. Beim Galopplauf seitwärts rechts dreht sich der Uebende links, beim Galopplauf seitwärts links dreht sich derselbe rechts.

Kreislaufen vorwärts mit wechselbeinigem Anfersen, Knieaufschnellen oder Vorwärtsspreizen.

Das Kreisschwingen kann dahin ausgebildet werden, daß der Leib nach vorausgehendem Laufen kleinere oder größere Abschnitte der Kreisbahn im freien Hange, bei verschiedenen Haltungen des Leibes durchschwingt.

Uebungen im Stabspringen.

Auch das Stabspringen gehört zu den Uebungen, wobei untere und obere Glieder durch Stemmkraft und Hangkraft wirken. Die Jugend versucht sich gern auch außerhalb des Turnplatzes mit Stöcken und Stäben zu springen, der Lehrer leitet darum die Schüler an, den Stab beim Springen richtig zu handhaben, indem er sie an den Graben führt und ihnen zeigt, wie der Stab mit dem unteren Ende dicht vor den abspringenden vorgestellten Fuß eingesetzt und so gehalten wird, daß der mit dem vorgestellten Fuße gleichnamige

gestreckte Arm in der Kammlage bei Ellbeugung der greifenden Hand stemmt, der andere gebogene Arm mit Anschluß des Oberarmes an der Brust im Klimmhang mit Speichgriff den Stab so hält, daß die Hand in der Höhe des Kopfes ist. Der Sprung selber wird, wenn das linke Bein abspringt, mit halber Drehung links um die Längenaxe so ausgeführt, daß sich der Stab, den der Springende umschwingt, möglichst in einer senkrechten Ebene bewegt, der Niedersprung auf geschlossenen Füßen so erfolgt, daß der Absprung, das Einsetzen des Stabes und der Niedersprung in derselben geraden Ebene liegen. Der Stabsprung über den Graben wird aus dem Stand, mit Vorschritten und mit Anlauf ausgeführt. Da der Springende beim Vorschreiten oder Anlaufen zum Sprung den Stab mitbringt, so ist zu beachten, daß derselbe den Stab in der Richtung seiner ganzen Fortbewegung möglichst ruhig vorgestreckt halte, damit Abspringen und Einsetzen des Stabes gleichzeitig erfolgen. Der Lehrer kann auch die Schüler Stabsprünge von einer erhöhten Standfläche z. B. vom Stemmbalken, Schwebebaum und vom Tiefspringel machen lassen. Es werden zum Stabspringen eine ausreichende Zahl sechs bis acht Fuß lange, verhältnißmäßig dicke, am unteren Ende zugespitzte Stäbe beschafft. Wir behalten uns vor, in dem Turnbuche für die vorgerückteren Altersstufen das Stabspringen ausführlicher zu beschreiben.

Ziehen und Schieben.

Das Ziehen und Schieben findet beim Turnen unserer Altersstufe hauptsächlich seine Anwendung beim Ziehkampfe und Schiebkampfe von zwei oder mehreren Turnern. Wenn auch der Einzelne bei verschiedenen Turnübungen seinen Leib durch Ziehen oder Schieben fortbewegen kann, so wird doch hier unter den Wörtern Ziehen und Schieben stets die Thätigkeit verstanden, wobei der Turner außer seiner eigenen Körperschwere eine andere Last in Bewegung setzt. Wir können das Ziehen vom Schieben so unterscheiden, daß bei ersterem Hang- und Stemmkraft der oberen und unteren Glieder vereint wirken, während beim Schieben nur die Stemmkraft derselben wirksam ist und bemerken, daß auch beide Thätigkeiten, das Ziehen und Schieben gemischt von einem Gliederpaare z. B. von den Armen ausgeführt werden können, oder auch, daß die eine Thätigkeit in die andere übergehen kann.

Wir bedienen uns zum Zieh- und Schiebkampfe außer den Darstellungen, wobei der Ziehende und Schiebende den Leib seines Gegners erfaßt, eigener Zieh- und Schiebzeuge z. B. des kurzen Seiles und langen Taues, der kurzen und langen Stäbe, zweier Gurte, welche durch zwei Seile, oder nur durch eines verbunden sind, Zieh- oder Schiebgurt, von Andern „Nackziehseil“ genannt. Wenn auch die Zieh- und Schiebübungen sich auf sehr mannigfaltige Darstellungsweisen ausdehnen lassen, so wollen wir uns hier nur auf folgende Uebungen beschränken:

Ziehkampf von je Zweien, welche sich bei vorgestreckten Armen mit Häkelgriff der vier geschlossenen Finger jeder

Hand erfassen und über die Male zu ziehen suchen, die rücklings von den Ziehenden bezeichnet sind. Die ganze Turnerschaar kann auch zu diesem Ziehkampfe in zwei gleichzählige Reihen abgetheilt werden und Sieger ist die Reihe, welche ein- oder mehreremal die meisten Gegner über ihr Mal gezogen hat.

Der Ziehkampf kann dann auch so geordnet werden, daß die ziehenden Gegner sich mit ganzem Handgriff an den Händen oder Handgelenken erfassen, oder auch nur mit einem Arme gleicher Leibesseiten mit Häkelgriff oder ganzem Handgriff.

Wenn bei den genannten Arten des Ziehkampfes die Ziehenden sich entweder rückwärts fortbewegten (beim beidarmigen Ziehen) oder seitwärts (beim einarmigen Ziehen), so kann aus dem Rücklingsstande der Gegner die Fortbewegung des Ziehens vorwärts erfolgen.

Eine andere Art des Ziehkampfes ist die, wobei die Gegner sich in beliebiger Weise erfassen und fortziehen dürfen über ein gesetztes Mal, oder selbst über den Liegebaum in der Weise, daß von zwei Kampfschaaren ein Jeder jeden Gegner über den Liegebaum herüberziehen darf, der dann für die Dauer des Kampfspieles Gefangener bleibt, bis die eine Schaar durch Verlust ihrer Kämpfer das Spiel verloren hat. Auf Turnfahrten, oder wenn der Turnplatz selber Gelegenheit dazu gibt, kann dieses Kampfspiel auch an Halden so geübt werden, daß die eine Schaar die Höhe erstürmt, die andere Schaar sie zu vertheidigen hat.

Ziehkampf von je Zweien oder Mehreren am kurzen Ziehseil, oder an einer Stange, oder an zwei Stangen, wobei das beid- und einarmige Ziehen im Vorlings-, Rücklings- und Seitlingsstande geordnet werden kann, die Kämpfenden ihre Gegner über ein bestimmtes Mal zu ziehen haben.

Ziehkampf von je Zweien an kurzen Stäben im Vorlings- oder Rücklingsstande mit Ristgriff oder Kammgriff beider Hände. Es kann überhaupt auch noch geordnet werden, daß

die Gegner in verschiedenem Stande ziehen, oder daß der Eine beidarmig, der Andere einarmig zieht und endlich kann auch die Zahl der Gegner eine ungleiche sein.

Ziehkampf von je Zweien am Ziehgurt, z. B. im Vorlingsstande der Gegner Unterarmziehen, Oberarmziehen, Nackenziehen; im Rücklingsstande der Gegner Unter- und Oberarmziehen; im Seitlingsstande der Gegner dasselbe Armziehen einarmig.

Ziehkampf von je Zweien am Knebelgurt, (zwei durch einen kurzen Gurt oder durch ein kurzes Seil verbundene kleine Stäbe,) am kurzen Stabe, oder an den Händen des Gegners in den obengenannten Griffarten, wobei die Ziehenden sitzen und ihre Fußsohlen gegeneinander stemmen.

Ziehkampf an dem langen Ziehtau. Hierbei wird das Ziehen meist in Gemeinübung von der ganzen Turnerschaar, welche in zwei gleich starke Reihen getheilt ist, dargestellt. Dabei haben die Gegner einander über gesetzte Male zu ziehen und das Ziehen Aller kann entweder ein freigegebenes sein, oder es wird dasselbe durch lautes Zählen an bestimmte Zeiten geknüpft, so daß der Kampf gleichzeitig beginnt, eine jede Schaar bei erneuertem Zählen in vereinter Anstrengung aufs neue zieht. Dieß kann in der Weise geschehen, daß die Zeit, in welcher je beide Schaaren das Ziehen erneuern, die gleiche bleibt oder eine andere wird, indem eine jede Schaar für sich ihr gleichzeitiges Ziehen ordnet.

Schiebekampf von je Zweien im Vorlingsstand bei vorgestreckten Armen und Auflegen der Hände auf den Schultern des Gegners.

Die gleiche Uebung mit Gegenstemmen der ineinandergelegten oder ineinandergefalteten Hände. Wird auch nur einarmig geübt.

Die gleiche Uebung am kurzen Stabe.

Schiebekampf von je Zweien im Rücklingsstand mit Ueberlegen des Gurtes über die Schultern, die Brust, den Leib

oder mit Gegenstemmen der Hände bei vorgestreckten Armen an den Gurt.

Zieh- und Schiebekampf zweier Gegnerreihen, wobei sich die Gegner über die Male ziehen und schieben können.

Wir bemerken hier nur, daß der obenerwähnte Hinkkampf eigentlich zu den Schiebekämpfen gehört, wenn auch dabei das Schieben mehr stoßweise erfolgt und daß überhaupt Ziehen und Schieben auf einem Beine im Stande und Hinken, und im Hüpfen auf beiden geschlossenen Füßen geordnet werden kann.

Schiebekampf in Liegestand auf Händen und Füßen, wobei die Gegner voneinander abgekehrt sind, an dem Schiebegurt der um Nacken und Schultern oder um nur eine Schulter geschlungen wird.

Heben und Tragen.

Diese Uebungen, bei welchen der Leib durch Stemmen und Ziehen der Glieder eine Last lüpft und hält, finden in der Turnkunst eine vielfältige Anwendung, wir beschränken uns hier jedoch nur auf folgende Uebungen ohne Geräthe, wobei nur die Mitschüler die zu bewältigende Last sind und die Rücksicht genommen wird, daß Gleichschwere und Gleichstarke zusammen üben.

Heben eines rücklings auf dem Boden Liegenden, der sich gestreckt und steif hält. Der Hebende erfaßt dabei die Schultern oder den Nacken des Aufzurichtenden.

Schaukelheben von je Zweien im Rücklingsstande, die sich mit den Unterarmen erfassen und abwechselnd durch Vorbeugen heben. Auch mit Handfassen bei hochgestreckten Armen.

Tragen eines Mitschülers auf dem Rücken. Der Tragende erfaßt die gegrätschten Beine des Getragenen seitlings von seinen Hüften und Letzterer hält sich an den Schultern des Tragenden (Huckepack).

Die genannten Uebungen können von ganzen Reihen von Paaren dargestellt werden, das Huckepacktragen bei der Fortbewegung der Gereihten im Gehen, Laufen und Hüpfen.

Tragen eines Mitschülers auf dem Rücken, wobei der Tragende den Getragenen nicht hält und seine Arme auf die Kniee stützt, wie es z. B. bei dem Reiterball vorkömmt.

Die gleiche Uebung, wobei sich der Tragende mit dem Kopf an den Rücken eines aufrechtstehenden Dritten anstemmt und mit den Armen sich an ihm hält. (Kamelreiten.) Wird

auch von ganzen Reihen von Dreien von Ort im Gehen und Laufen geübt.

Ebenso kann auch von einer ganzen Reihe von Paaren der sogenannte Schubkarren gemacht werden, wobei der eine Schüler geht und die gegrätschten Beine des im Liegestütz vorlings stützelnden andern Schülers gefaßt hält und trägt.

Eine eigenthümliche Uebung von Zweien ist auch der sogenannte Hund. Hierbei springt der Eine bei Vorlingsstand beider mit gegrätschten Beinen zum Schenkelschluß über den Hüften des Andern, kreuzt seine Fußriste und senkt sich rückwärts zwischen den gegrätschten Beinen des Stehenden hindurch und erfaßt nun, während sich der Stehende zum Liegestütze vorlings vorbeugt, dessen Fersen, auf welchen er bei gestreckten Armen und rückwärtsgebeugtem Kopfe stützet. Der Tragende bewegt sich nun auf Händen und Füßen auf dem Boden im Liegestütz weiter.

Ringen.

Das Ringen ist die Kampfübung, bei welcher ein Gegner den Andern durch vereinte Stemm- und Ziehkraft der untern und oberen Glieder zu fällen sucht. Auch das Ringen bewegt sich in Angriff und Abwehr bis zur Entscheidung des Kampfes und entwickelt, wie auch andere Kampf- und Wettübungen, bei den Schülern Ausdauer, Geistesgegenwart, Entschlossenheit und Gewandtheit.

Im Allgemeinen wird beim Ringen geordnet, daß sich die Kämpfenden bei Angriff und Abwehr aller Ungesetzlichkeiten enthalten, z. B. daß man nicht den Gegner bei den Haaren, an den Kleidern fasse, oder ihn gar verletze, daß man sich überhaupt keiner unrühmlichen Kampfmittel bediene.

Der Lehrer kann die Uebung so ordnen, daß gleichzeitig immer mehrere Ringerpaare, die entweder er bestimmt, oder die sich nach eigener Wahl gestellt haben, auf dem Kampfplatze miteinander ringen. Der Ringkampf beginnt auf das vom Lehrer gegebene Zeichen und endet je bei einem Paare mit der Besiegung des Einen. Ueber die Aufrechthaltung der angeordneten Ringweise hat der Lehrer zu wachen und er entscheidet in streitigen Fällen über den Sieg der Ringenden.

Der Ringplatz für unsere Schüler ist ein viereckigter oder runder, mit dünnem Sande einen halben Fuß hoch bedeckter Raum und muß stets von Steinen und andern Hindernissen rein gehalten werden.

Ringen mit halbem Griff, wobei der eine Arm über dem einen, der andere unter dem andern Arme des Gegners liegt und die Hände sich hinter dem Rücken desselben ohne Verschränkung der Finger fassen. Die Gegner stehen in einer Schrittstellung mit vorgebeugtem Leibe; der Kampf endet, sobald Einer der Gegner zum Liegen auf dem Rücken gebracht ist.

Die gleiche Uebung mit ganzem Griff, wobei des Einen beide Arme unter denen des Gegners dessen Leib umfassen.

Ringen mit freigegebenem Griff, wobei auch das Erfassen der Beine des Gegners gestattet werden kann, ein Ringer dem Andern den besseren Griff abzugewinnen hat.

Ringen in den vorausgenannten Weisen, wobei auch die Beine in mannigfaltiger Weise, z. B. durch Beinunterstellen, Ziehen, Schieben und Umschlingen die oberen Glieder in ihrer Thätigkeit unterstützen.

Ringen bei Gebrauch nur eines und zwar desselben Armes beider Gegner.

Ringen im Stehen nur auf einem Beine und im Hinken.

Ringen, wobei das Festhalten des zum Liegen gebrachten Gegners den Kampf entscheidet, bis dieser sich für besiegt erklärt.

Kampfspiele im Ringen, wobei Reihen von Gegnern im Zweikampfe gleichzeitig, oder in aufeinanderfolgenden Zeiten miteinander ringen, der Sieg der Reihe zufällt, welche die meisten Gegner überwunden hat, können in verschiedener Weise angeordnet werden, indem entweder nur zum voraus bestimmte Kämpfer miteinander ringen, oder irgendwelche Ringer der Gegenreihen miteinander im Zweikampfe ringen, wobei der je Besiegte vom Kampfplatze tritt, bis die Ringer der einen Reihe keinen Gegner mehr vorfinden.

Ein Kampfspiel, bei welchem Ziehen und Schieben, Heben, Tragen und Ringen gestattet wird, findet Statt, wenn die Kämpfenden einander über gesetzte Male, welche hinter denselben bezeichnet werden, als Gefangene zu bringen ha-

ben. Dieſes Spiel kann als Zweikampf, wechſelvoller aber als Vielkampf ganzer Schaaren geordnet werden und zwar ſo, daß ein Gegner jeden Andern nach freier Wahl, Mehrere Einen und Einer Mehrere über das Mal bringen darf. Die Schaar, welche keine Gegner mehr findet, iſt Sieger.

Werfen und Fangen.

Diese Uebungen bezwecken bei den Schülern dieser Altersstufe zunächst die Geschicklichkeit in übereinstimmendem Gebrauche des Auges und des Armes und bereiten überdieß Fertigkeiten vor, welche bei vielen (Ball-) Spielen der Jugend in Anwendung kommen. Wenn auch schwerere Lasten, z. B. beim Steinstoßen, Kugelschieben- oder Schocken von den Schülern unserer Altersstufe durch Werfen in Bewegung gesetzt werden können, so wählen wir hier für unsere Uebungen doch nur leichteres Wurfzeug, den Ball, kleinere hölzerne und eiserne Kugeln oder Steine. Beim Zielwurf bedienen wir uns eines Fangnetzes, das an einem eisernen Reif befestigt aus starkem Bindfaden geflochten, oder aus Leinwand gemacht ist. Dieses Netz mit dem Reif wird von einem vier bis fünf Fuß langen Stabe gehalten, der mit seiner unteren Eisenspitze in beliebiger Entfernung von den Werfenden auf der Wurfbahn in den Boden gesteckt werden kann, oder auf einem Kreuzständer ruht. Es kann das Ziel auch eine Holzscheibe sein, deren Schwarzes eine bewegliche Klappe bildet, die, wenn sie getroffen wird, dem Wurfzeuge weichet, oder es werden Gegenstände anderer Art, besonders auch außerhalb des Turnplatzes als Wurfziele benutzt.

Wir unterscheiden zwei Hauptdarstellungsweisen des Werfens mit der Hand, die eine die, daß der in seinen Gelenken gebeugte Arm durch schwunghaftes Strecken die Last fortschnellt, die andere, daß die Last bei mehr und weniger gestrecktem Arme vorzüglich durch Gelenkthätigkeit des Oberarmes fortbewegt wird. Beide Arten des Werfens können

in der Weise ausgeführt werden, daß sich der Arm über den Schultern (Oberwurf), in einer Ebene mit den Schultern, und unterhalb der Schultern (Unterwurf) bewegt, oder, daß der Arm durch verschiedene Lagen hindurchgeht. Die Mannigfaltigkeit der Armbewegungen und die Biegsamkeit des ganzen Leibes lassen es zu, nach allen Richtungen hin zu werfen. Am naturgemäßesten und am angemessensten aber geschieht das Werfen in den Richtungen, welchen das Gesicht zugewendet ist, oder zugewendet werden kann. Der Wurf unterscheidet sich in den Kernwurf und in den Bogenwurf; bei ersterem soll das Wurfzeug in möglichst gerader Richtung zum Ziele kommen, bei letzterem in einem beabsichtigten Bogen.

Zielwerfen mit rechter und linker Hand von Einzelnen oder Mehreren mit Bällen, Kugeln oder Steinen nach dem Fangnetz. Der Lehrer ordnet hierbei sowohl die besondere Wurfweise nach dem oben Angedeuteten, als auch den Abstand der Werfer vom Ziele. Es wird aus dem Stand (in einer Schrittstellung) nach Vorschritten und nach einem Anlaufe geworfen.

Werfen um die Wette in Weite und Höhe und nach andern Zielen, als der Turnplatz sie bietet, wird am besten auf Turnfahrten und in den Werfspielen vorgenommen, wo selbst Mitspieler, die entweder stehen, oder sich fortbewegen, das Ziel sein können.

Beidarmiges Werfen mit einem großen, einen halben oder dreiviertel Fuß dicken leichten Lederball in verschiedenen Weisen und Richtungen.

Beidarmiges Fangen des großen Balles, den sich die im Kreise gestellten Schüler zuwerfen, bei kleinerem und größerem Abstande der Einzelnen.

Beidhandiges und einhandiges Fangen eines kleinen Balles, der von dem Fänger selber, oder von einem Andern geworfen wird. Der Spiele, wobei der Ball zum Fangen gegen eine Wand oder gegen den Boden geworfen wird, sind mannigfaltige.

Der Lehrer kann gelegentlich kleine Werf- und Fangkünste zeigen, welche dann die Schüler für sich üben können, z. B. wechselhandiges Werfen mit der einen und Fangen mit der andern Hand; fortgesetztes Schlagen und Fangen eines Balles mit nur einer Hand; fortgesetztes Fallenlassen und Wiederfassen eines Balles mit nur einer Hand; Werfen eines Balles unter dem gehobenen Beine und Wiederfangen desselben mit beiden Händen oder mit einer Hand; aufeinanderfolgendes Werfen zweier Bälle, so daß die eine Hand stets wirft, die andere den Ball fängt und denselben der werfenden Hand reicht; aufeinanderfolgendes Werfen und Fangen zweier Bälle mit nur einer Hand.

Eine sich hier leicht anreihende, bei vielen Werfspielen wiederkehrende Uebung ist die, daß man einem Wurfe, dessen Ziel man sein soll, auf verschiedene Weise auszuweichen suche. Auch diese Uebung des Ausweichens kann wie ein Spiel von Paaren, oder Reihen von Paaren von dem Lehrer geordnet werden.

Verschiedene Künste.

Das Leben kennt vielerlei Leibeskünste, welche von Einzelnen oder zugleich von Mehreren dargestellt werden, deren Uebung auf dem Turnplatze weniger in regelmäßiger Betreibung geschehen kann. Bei der Jugend unserer Altersstufe herrscht, gemäß der bei ihr noch vorhandenen natürlichen Gelenkigkeit und Geschmeidigkeit der Glieder, der Trieb und die Lust, den Leib in die eigenthümlichsten Gestaltungen und Lagen zu bringen. Der Turnlehrer hat darum auch die Aufgabe, den Schülern bei der Turnkür auf dem Uebungsplatze zuweilen auch Anleitung und Hülfe zu geben bei Uebungen, die darauf berechnet sind, auch im Leben außerhalb des Turnplatzes im Kreise der Gespielen betrieben zu werden. Es soll ja der Turnplatz überhaupt der Ort sein, auf welchem der Beschäftigungstrieb der Jugend in Leibeskünsten für das Leben Anschauungen und Anregung aller Art findet. Je mehr der Turnplatz auch über seine Gränzen hinaus eingreift in die Bewegungskünste des Jugendlebens und die leiblichen Kunstfertigkeiten zu verbreiten sucht, desto mehr kann auch erwartet werden, daß die mit solchen Künsten vertraute Jugend beim Unterrichte im Turnen mit um so größeren Erfolge fortschreiten wird. Manche der hier aufzuführenden Uebungen werden bei den geordneten Gemeinübungen der vorgerückteren Altersstufen Anwendung finden und können auch hier, wo es mehr darauf abgesehen ist, die Schüler zur Selbstbeschäftigung mit solchen Uebungen zu veranlassen, bisweilen in geordneter Gemeinübung versucht werden, namentlich dann,

wenn einmal eine solche Uebung allgemeine Verbreitung gefunden hat.

Kopfübern (Purzelbaum, Koboldschießen) vorwärts aus dem gebeugten Liegestand mit Kopfaufstellen auf den Boden und später auch mit Fallen auf den Rücken, ohne Kopfaufstellen.

Kopfübern rückwärts aus dem Rücklingsliegen; ist am leichtesten auf einer schrägen Fläche darzustellen; auch aus dem Sitzhocken.

Wälzen um die Längenaxe, z. B. auf der schrägen Böschung des Springgrabens oder an andern Halden.

Die gleiche Uebung von zwei vorlings Aufeinanderliegenden, wobei ein Jeder den Kopf zwischen die Füßen des Andern legt und diese hält.

Kopfübern vorwärts zum Stehen mit und ohne Gebrauch der Arme bei dem Aufrichten zur Stellung.

Kopfstehen aus dem Liegestand, wobei die Hände und der Kopf in den Winkeln eines Dreieckes aufstemmen, zuerst mit hockenden Beinen, dann mit gestreckten und geschlossenen Beinen und endlich von Geübteren mit Grätschen zur Grätschhalte und Beinübungen mancherlei Art. Die Uebung kann auf einer grasigen Fläche, auf dem Schwebebrett, auf ebenem Boden und am leichtesten, wie überhaupt alle vorausgenannten und viele der folgenden Uebungen auf der gepolsterten Matraze, wie sie in dem Turnsaale gebraucht wird, dargestellt werden.

Rücklingsliegen und Aufstehen mit dem Rückschwung der aufgehockten Beine. Wird anfangs mit und dann ohne Armgebrauch geübt.

Sitzen und Aufstehen mit Anhocken der gekreuzten Unterbeine und Vorbeugen des Rumpfes. Ebenso mit Anhocken der nicht gekreuzten Unterbeine bei geschlossenen Fersen und endlich mit Anhocken nur eines Beines zum Stehen auf einem Beine im Sitzhocken.

Erheben aus dem Sitzhockstehen auf einem Beine (auf

ganzem Fuße, oder auf den Zehen) zum aufrechten Stehen und wieder Senken zum Sitzhockstehen.

Ueberdrehen rückwärts im Rücklingsliegen und Anfußen der Beine am Boden über dem Kopfe.

Ueberdrehen rückwärts aus dem Rücklingsliegen zum Schulter- und Oberarmstehen, wobei die Hände in den Hüften halten, oder, was schwieriger ist, der Leib nur von den Schultern (oder auch mit von dem Kopf) getragen wird.

Grätschstellung auf den Knieen und Rückwärtsbeugen des Leibes zum Liegen auf dem Rücken. Dabei können die Unterbeine mit den Füßen auswärts und einwärts gedreht, oder auch ungedreht gehalten aufliegen, wobei aber die Füße in ihren Gelenken gestreckt werden. An diese Uebung schließt sich dann die Gegenbewegung, wobei der Leib aus dem Liegen wieder zum Kniestehen gehoben wird.

Mäßige Grätschstellung und allmähliges Fortrutschen beider Füße, oder auch nur eines Fußes bis zum Sitzen auf dem Boden. Wird anfangs mit Hülfe des Lehrers geübt.

Sitz bei gegrätscht aufliegenden Beinen und Vorbeugen des Oberleibes, kann fortgesetzt werden bis zum Anstirnen auf dem Boden.

Sitzhocken in einer Grätschstellung und Rumpfwippen bis zum Anarmen am Boden mit den Ellenbogen.

Ueberdrehen vorwärts an einer Wand zum Handstehen auf gestreckten Armen, so daß aus dem gebeugten Liegestand rücklings gegen die Wand die Füße an der Wand hinaufsteigen, während die Arme zur Wand hinstützeln. Wird anfangs in der Ecke zweier verbundener Wände geübt.

Das Handstehen und Handgehen kann auch so vorbereitet werden, daß der Uebende beim Vorlingsstande gegen den Lehrer beim Ueberdrehen die Fußriste des Lehrers mit den Händen erfaßt und dieser dessen Beine hält und dann steht, oder sich mit dem im Handstehen Gehaltenen im Gehen fortbewegt.

Rücklingsstand gegen eine Wand bei mäßigem Abstande von derselben und Rückbeugen mit Anstemmen der Hände an

die Wand bei aufgestreckten Armen. Wird geübt bis zum Anhanden auf dem Boden.

Rückbeugen aus dem freien Stehen mit Hülfe des Lehrers zum Liegestand rücklings auf dem Boden.

Liegestand seitlings auf einem gestreckten Arme und Beine, bei gestrecktem Leibe; ebenso Liegestand rücklings auf beiden Armen und Beinen, oder auch nur auf einem Arme und einem Beine. Durch Drehen um die Längenaxe kann dann auch aus dem Liegestand vorlings zum Liegestand seitlings und rücklings gewechselt werden.

Seitwärtsgehen im gestreckten Liegestand vorlings und rücklings. Ebenso kann sich dabei der Leib in einer Kreislinie fortbewegen oder so drehen, daß die Axe in der Leibesmitte, in den Händen oder in den Füßen liegend gedacht wird.

Gehen und Laufen im gebeugten Liegestand vorlings im gewöhnlichen Aufstellen ungleichseitiger oberer und unterer Glieder, (beim Laufen, wenn gleichzeitig das Aufstellen geschieht, Traben); dann beim Aufstellen gleichseitiger oberer und unterer Glieder (Paßgang- und Lauf); und endlich Galopp rechts oder links, wobei die Beine in einer Schrittstellung nachhüpfen, während die Arme links oder rechts nachgestellt werden. Der Leib kann auch im Liegestand so fortbewegt werden, daß im Wechsel beide Arme und beide Beine gleichzeitig aufgestellt werden und forthüpfen- oder springen (gestreckter Galopp). Man vergleiche bei diesen der Fortbewegung von Vierfüßlern entsprechenden Bewegungsarten des Menschen das Handbuch der Physiologie des Menschen von Dr. Johannes Müller. Koblenz 1837, II. Bd., I. Abth., Seite 127 und 128.

Fechterausfall zu großer Schrittstellung mit Rumpfbeugen vorwärts unter das vorstehende Hockbein.

Sitzen und Legen eines gestreckten Beines hinter den Kopf oder hinter die Schulter der gleichen Leibesseite. Als Vorübung kann das Anfußen an die Stirn und auf den Scheitel gemacht werden.

Sitzen oder Liegen, Umgreifen eines Fußes, oder beider Füße und Strecken eines oder beider Beine bei festhaltenden Händen.

Stehen und wechselbeiniges Uebersteigen der gefalteten Hände oder eines von den Händen gehaltenen Stabes, der auch sonst zu vielen Uebungen verwendet werden kann. (Stabwinden.)

Sitzhocken in einer Grätschstellung mit Vorbeugen und Aufstellen der Arme zwischen den Beinen hindurch rücklings von den Fersen zum Stehen auf den Füßen und den Händen. Aus diesem Stehen kann dann der Leib auch zum reinen Armstehen im Knickstütz gebracht werden, in der Weise, daß die gegrätschten Beine auf den Oberarmen aufliegen und mit dem Oberleibe in einer wagerechten Ebene schweben (Schildkröte).

Liegestand seitlings auf einem Arme und auf beiden Füßen und Kreislaufen bei stützfestem Arme.

Ohrfassen mit der Hand der entgegengesetzten Leibesseite und Durchschleifen des andern Armes.

Uebungen, die von Mehreren dargestellt werden.

Zwei Schüler fassen sich Stirn gegen Stirn gekehrt mit Häkelgriff bei gestreckten Armen, stellen die geschlossenen Füße aneinander und drehen sich rückwärts gebeugt im Kreise herum, indem die Füße an Ort mit schnellen Schritten gehen. Die gleiche Uebung wird auch im Seitlingsstande mit Fassen nur einer Hand gleicher Leibesseiten gemacht. (Die Quern.)

Hierher gehört auch der oben beschriebene Hund, das Kameel, der Stoßkarren, das Huckepacktragen und die Uebungen, wo Mehrere einander tragen, z. B. Zwei tragen einen Dritten so, daß Jeder ihn an einem Beine hält, oder daß er auf ihren Armen, die sich mit den Händen fassen, oder auf ihren Schultern sitzt.

Zwei tragen Einen auf den Schultern im gestreckten Liegestütz.

Zwei Stirn gegen Stirn Gestellte hinken im Kreise herum, indem sie einander die vorgespreizten Beine gleicher Leibesseiten halten.

Eine in Flanke gestellte Reihe Mehrerer hinkt so, daß die gleichen vorgespreizten Beine von den Vordermännern gehalten werden, mit Ausnahme des gehobenen Beines des Vordersten, wobei zur Sicherung die freien Arme den Vordermännern auf die Schultern gelegt werden können. Versuchsweise kann auch diese Uebung von einer im Ring aufgestellten Reihe gemacht werden, so daß auch des Vordersten Bein von dem Letzten der Reihe gehalten wird.

Eine im Ring gedrängt stehende Flankenreihe, deren Einzelne bei geschlossenen Knieen und Füßen ihre Vordermänner umfassen, senkt sich bei gleichzeitigem Kniebeugen Aller zum Sitzen, so daß ein Jeder auf dem Schooße seines Hintermannes sitzt. Das Ringsitzen. Geübtere können auch während des Sitzens forthüpfen, oder im Sitze die Arme aufstrecken.

Spiele, Wanderungen in's Freie und Jugendfeste.

Wie von selber schließen sich an den Turnunterricht der Schüler auch die Jugendspiele an und die Turnlehrer sind die natürlichsten Leiter derselben, die Förderer der Spiellust. Wenn bei dem Turnunterrichte mit der Erziehung freier Leibesübung zugleich der Trieb der leiblichen Thätigkeit geweckt und geregelt wird, das gesammte Lebensgefühl der Schüler eine Befriedigung und Erholung in lebendiger Anwendung und Aeußerung der turnerischen Bildungsmittel sucht, so findet diese ihre angemessenste und umfassendste Begegnung in den Spielen. Bei dem Spielen tritt die ganze Gemüthsart der Jugend in unbefangenster Selbstbestimmung hervor, hier offenbart sich am freiesten ihr Wesen in den Beziehungen, welche der Einzelne zu seinen Genossen und zu den gemeinsamen Ordnungen und Gesetzen des Spieles zu erkennen gibt. Die Spiele sind darum für den Erzieher der treueste Spiegel des Lebensbildes der zu Bildenden und haben für Lehrer und Schüler, für Schul- und Jugendleben eine hohe Bedeutung. Es ist dieß von bewährten Erziehern und Freunden des Jugendlebens schon vielfältig und aufs überzeugendste ausgesprochen worden und doch kann es nicht oft genug wiederholt werden, daß die Anstalt, welche insgemein nur die Zucht und Arbeit der Jugend fördern und ordnen will, nothwendig auch die Spiele derselben zu bereiten und zu pflegen hat, weil durch diese das gesammte Lebensgeschäft der Jugend auch erweitert und erheitert wird für die volle und durchgreifende Aufgabe der Schule. Wie ganz anders erscheint

doch der Jugend die Schule, in welcher Arbeit und Spiel, Ernst und Freude ihrem Leben gewährt wird, wo die Lehrer zugleich die Führer und Bereiter ihrer Freuden sind, wo ihnen Arbeits- und Spielräume gleichmäßig für die Aufgabe und Beschäftigung ihres Lebensalters geboten werden. Ein solches Schulleben macht sich den Geist des Jugendlebens gewogen, da fühlt sich der Schüler einheimisch und hier bilden sich die Genossenschaften der Gespielen, die unvergänglich über das Schulleben hinaus fortbestehen und auch im öffentlichen Leben die Träger und Beschützer jugendlicher Gesinnung und Gesittung verbleiben, die treuen Freunde des besseren Geistes der Jugendbildung.

Es sollten unsere Schüler täglich zum Spiel geführt werden, wie zur Arbeit und dieß geschieht, wie gesagt, am zweckmäßigsten in Verbindung mit dem Turnunterrichte selber. Haben die Schüler erst in geordnetem Unterrichte im Turnen gearbeitet, so lasse der Lehrer die Schüler je nach der Turnarbeit auch spielen. Die Erfahrung bewährt aber auch hier, wie selber das Spielen von der Jugend erst erlernt werden muß, wie dieses der Uebung und Vorbereitung, der Ausdehnung und Beschränkung bedarf, wie jede andere Beschäftigung dieses Alters. Wie viele Schüler gibt es nicht, deren häusliches Leben den rechten Spieltrieb verkehrt, oder deren ganze Gemüthsart und Leibesbeschaffenheit diesem jugendlichen Triebe widerstrebt. Da wird nun die Wirksamkeit des Lehrers oft in sehr verschiedener Weise in Anspruch genommen, wenn bei den Einen der Eifer für das Spiel gemildert und an den Schranken des Spieles selber gemäßigt werden muß, so muß bei den Andern die Lust am Spielen erst geweckt und der Eifer für dasselbe erzogen werden.

Wir wollen hier nur auf die große Auswahl von Jugend-Spielen, welche GutsMuths gesammelt, geordnet und beschrieben und Klumpp neu durchgesehen in einer vierten Auflage herausgegeben hat, (Stuttgart, Hoffmann'sche Verlags-Buchhandlung 1845.) aufmerksam machen und empfehlen dieses

Buch allen Turnlehrern. Die Spiele, welche wir gerade für unsere Altersstufen besonders geeignet finden und die außer den bereits oben aufgeführten die eigentlichen Bewegungsspiele, welche auf Turnplätzen und kleineren Wanderungen ins Freie Anwendung finden können, ausmachen, sind: Das einfache Fangen (Zeck spielen), schwarzer Mann (man vergleiche in dem angeführten Buche Seite 203), Fuchs zu Loche (S. 208), Freiwolf oder Bärenschlagen, das Verwechseln der Plätze (211), Vögel verkaufen (209), die Glucke und der Geier (214), Schwarz und Weiß (mit und ohne Wurfscheibe auf zwei Malen), Jakob, wo bist du? (196), Blindekuh (193), Katz und Maus, Drittenabschlagen (213), Wie gefällt dir dein Nachbar? (212), Fangball (93), das Fußscheibenspiel (101). Wir überlassen dem Lehrer, die Zahl der Spiele auf eine noch größere Auswahl auszudehnen und empfehlen, den Schülern auch Anleitung zu Einzelspielen aller Art zu geben, wie z. B. zum Kreisel- und Reiftreiben und Einzelball (200 und 201). Ueberhaupt machen wir den Lehrer noch aufmerksam, die eigenthümlichen, an jedem Orte einheimischen Spiele, welche von Werth sind, zu pflegen und im Gange zu halten und überhaupt die Künste und Spielbeschäftigungen der Jugend so zu leiten, daß dieselben auch außer dem Turnplatze und außer dem Schulkreise bei der Jugend fortleben. Alle Jahreszeiten bringen den Wechsel der Spiele mit sich, im Sommer und Winter muß gespielt werden, auf offenen oder geschlossenen Turnräumen. Trockene Wintertage müssen sogar häufig zum Spielen gewählt werden und selbst die Schnee- und Eisfreuden der Jugend wird der Lehrer beim Schneeballwerfen, beim Bauen von Schneemännern und Schneefestungen, beim Eisschleifen und Schlittenfahren und Schlittschuhlaufen in jeder Weise leiten, was besonders auch den Wanderungen und Ausflügen im Winter einen großen Reiz gewährt.

Der Wirkungskreis der Schule reicht aber auch über die Gränzen der gewöhnlichen Arbeits- und Spielräume hinaus, die Jugend will hinausgeführt werden ins Freie, sie will sich

erfreuen in Wald und Flur, auf Berg und Thal; der grüne Gottesgarten unter blauem Himmelszelt kann ihr nicht ersetzt werden durch Haus- und Straßenleben. Es bedarf die Jugend der Wanderungen wie der Erwachsene des Wanderlebens, das Herz wird weiter an den größeren und reicheren Eindrücken der Natur. Darum gewähre die Schule von Zeit zu Zeit kleinere und größere Wanderungen, die Schüler lernen da ihre Umgegend kennen, ihr Ortssinn wird entwickelt und der Lehrer hat da Gelegenheit, den Gesichtskreis der Schüler nach vielen Seiten hin zu erweitern, ihren Wissenstrieb an Vielem zu befriedigen, ihre Rüstigkeit und ihren Ordnungsgeist aufs Mannigfachste zu prüfen. Die Wandertage des Schullebens sind wahre Festzeiten für die Jugend und Erzieher, sie entfalten aufs lebendigste den frischen Geist des Turnlebens, das selbst wieder die Ausführung derselben durch Anstrengungen und Uebungen aller Art, durch Spiele und Gesang ausschmücken hilft.

Wie das Schulleben seine Feste hält, bei welchen mehr die geistige Beschäftigung der Schüler den Ausdruck und den Gehalt der Feier bestimmt, so muß auch die Schule Feste bereiten, bei welchen mehr die der Jugend eigenthümliche Lust an leiblicher Beschäftigung, wie sie das Turnleben derselben erzieht, die Feier gestaltet. Die Jugend muß ihre Spiel-, Gesang- und Turnfeste haben, solche Feste, bei welchen sie in freiester Selbstthätigkeit und lebendigster Theilnahme selber ihr Sinnen und Treiben herauslebt, solche Feste, die sie so recht eigentlich für ihre Feste hält.

Baden und Schwimmen.

Wenn auch die Verbindung von Bade- und Schwimmanstalten mit der Schule sehr von örtlichen Verhältnissen abhängig gemacht ist, so ist es doch angemessen, daß da, wo sich die Verbindung beider Anstalten nicht leicht herstellen läßt, die Schule es an Anregung zur Benutzung der Schwimmplätze nicht fehlen lasse und sich selber bei der Ueberwachung derselben betheilige. Am zweckmäßigsten aber ist immer die Einrichtung, wo Bade- und Schwimmplätze mit zu den Erziehungsräumen der Schule gehören, wo die Lehrer selber durch ihr Beispiel auf den Eifer der Schüler zu wirken suchen, wie es bereits an vielen Orten geschieht.

Turnkunst und Tonkunst.

Turnleben und Gesangleben greifen mächtig ein in das gesammte Bildungsleben der Jugend, in ihnen begegnen sich die immer frisch strömenden Freudenquellen der Jugendlichkeit und erheben die Herzen an dem Einklang, den das Schöne mit dem Guten, den das innere Gemüthsleben mit seiner Erscheinung, seinem Ausdrucke, in der den Sinnen wahrnehmbaren Außenwelt hat. Es hat darum der Turn- und Gesangunterricht die Schüler vorzubereiten und einzuführen in diese Bildungskreise der Jugendwelt, welche ihrem Wesen so recht eigentlich Nahrung geben und Beschäftigung gewähren für Leib und Seele. Haben die Schüler in gemeinsamem Gesange ihre Stimmen freudig bewegt, die Gemüther in heitere Stimmung erhoben, so werden sie so leicht von der Lust ergriffen, auch im freien Spiel der Turnbewegungen ihr Leben zu äußern und wiederum, wenn sich da ihre Herzen gestärkt fühlen, erklingt aufs Neue das Lied, die volle Freude ihrer Seelen. Spiel und Gesang sind im Schulleben die treuesten Zeugen und Verkünder des Jugendgeistes, wenn das jugendliche Gemeinleben der Zöglinge dieser Bildungsanstalt, die das gesammte Jugendwesen sinnig pfleget und bauet, in freiem Triebe sich zu entfalten sucht.

Das Ineinandergreifen und Zusammenwirken der Künste im Leben ist mit dem gemeinsamen Borne im schaffenden Geiste des Menschen, dem sie entspringen, gegeben. Was ursprünglich verbunden war, sucht sich wieder zu einigen. Die Entwickelung der Bewegungen auf dem Gebiete der Leibesübungen geht Hand in Hand mit der Ausbildung der Sprache

und der Tonkunst im weiteren Sinne dieses Wortes. Wir finden dieß bestätigt in der Geschichte der Völker, wie in dem Leben des einzelnen Menschen. Mit dem Triebe den Leib in Bewegung zu versetzen, die Stimme zu gebrauchen, sucht der Mensch auch zugleich beide Vermögen in freiem Spiele zu beherrschen. Wenn das Thier im angeborenen Naturtriebe die Gränze seiner bestimmten Ausbildung erreicht, diese aber nicht überschreitet, so ist dagegen der denkende Mensch angewiesen, die Ordnung und das Maß auch für seine Bewegungen in Gebärde und Stimme zu finden und zu bestimmen, diese mit Kunst zu entwickeln.

Blicken wir nun in das Leben, wie mannigfach sehen wir da Bewegungskunst und Tonkunst im Bunde; wir erinnern nur an die Tänze aller Völker, bei welchen stets auch die Tonkunst die Bewegungen unterstützt, an die Bewegungen der Kriegskörper in Verbindung mit dem geordneten Klang der Gesänge und Tonwerkzeuge, an den geordneten Ruderschlag der Schiffer, an das geregelte Dreschen und Mähen der Landleute bei slavischen Völkern in Verbindung mit den rhythmischen Weisen der Lieder und an viele Bewegungs- und Gesangspiele der Kinder. Bald erscheint da die eine Kunst, bald die andere durch die zugeordnete unterstützt, die eine Kunst weckt und belebt die andere. Am augenfälligsten tritt aber das Zusammenwirken kunstvoller Bewegungen des Leibes mit der Tonkunst beim Spiel auf den verschiedenen Tonwerkzeugen und musikalischen Instrumenten hervor, da wird geradezu die Tonkunst durch die turnerisch gebildete Leibesübung der Glieder vermittelt, man denke z. B. nur an den Orgelspieler, Klavierspieler und Geiger.

Da nun die Schule im Sprach- und Gesangunterrichte zugleich auch die Anlage der Schüler im Gebiete der Tonkunst (die wir hier im weiteren Sinne des Wortes begreifen wollen) auszubilden und zu unterrichten hat, der Turnunterricht neben Sprache und Gesang ein nothwendiges Schulbildungsmittel ist, so läßt sich zum Voraus schließen, wie

auch in der Schule das Zusammenwirken von Ton- und Turnkunst eine mannigfache Anwendung finden kann. Das Messen der Zeiten, in welchen die Töne erfolgen sollen, die Eintheilung des Zeitmaßes durch den Taktschlag sucht der Gesanglehrer an die sichtbaren leiblichen Bewegungen, die er selber oder die Schüler mit Arm und Hand machen, zu bin-den, weil eben die innere Ordnung des Geistes durch Hülfe der Sinne des Ohres und Auges zugleich an hör- und sicht-baren Bewegungen des Schalles und der Glieder einen sicher-rern Anhalt findet. In ähnlicher Weise sucht auch der Turnlehrer das Messen der Zeiten, in welchen z. B. die Taktbewegung der Gehenden, Hüpfenden und Laufenden er-folgen soll, an dem Gesange oder Spiel eines Tonwerkzeuges hervorzuheben und zu regeln, oder er läßt die Schüler auch selber an dem Schalle, den entweder die Bewegung der Uebenden hervorbringt, oder ihr Gesang vernehmbar macht, die geregelte Turnübung ordnen. Der Rhythmus und Ton-fall in Rede und Gesang kehrt wieder in der Ordnung ge-regelter Aeußerung der Kraft bei den verschiedenen Turn-übungen. Beide, Ton- und Turnkunst sind zugleich auch Bildungsmittel für Maß und Uebereinstimmung im Thun und Lassen Einzelner und Mehrerer in Gemeinübung mit-einander. Der Turnlehrer, der zugleich auch der Gesang-lehrer seiner Schüler ist, wird sich bald überzeugen, wie der Unterricht in der einen Kunst in Vielem mit dem in der andern Kunst gleichläuft, wie das Turnen durch den Gesang und dieser wieder durch jenes gehoben und gefördert werden kann. Schon diese Beziehungen, welche Turnen und Singen miteinander haben, lassen es nothwendig erscheinen, daß, wenn der Turnlehrer gerade auch nicht der Lehrer des Ge-sanges bei seinen Schülern ist, derselbe doch jedenfalls ein Kenner des Gesanges sein sollte, der es versteht, im Turnen die Kräfte der Uebenden auszubilden, welche in ihrer Ent-wickelung zu der Uebereinstimmung führen, die im Leben der Schüler Turnen und Gesang haben sollen.

Alle die Lieder, welche wir gerne einheimisch sehen im Schulleben, sie dienen auch zur Erhebung der Arbeit und des Spieles auf den Turnplätzen und auf den Turnwanderungen, mögen dieselben auch die verschiedensten Saiten des Gemüthslebens anklingen, es kommt nur darauf an, daß sie in Uebereinstimmung stehen mit dem rechten Gedanken und Gefühle der Singenden.

Es wäre beengend, wenn man sich da nur stets auf die sogenannten Turnlieder beschränken wollte, die zum Theil aus absichtsvoller und erkünstelter Beschaulichkeit des Turnlebens hervorgegangen, den Stempel unfreier Gemachtheit in und an sich tragen, man wähle lieber aus dem reichen Schatze unserer Liederwelt und der besseren Volkslieder, z. B. Wanderlieder, Gesellschaftslieder, Krieger- und Jägerlieder, in welchen Natur- und Menschenleben in ansprechender Weise erklingen. Die Jugend muß ihre Lieder auswendig lernen und sollte einen Reichthum von Gesängen stets im Gedächtnisse haben, daß sie singen kann, wo sie nur steht und geht, das Jugendlied soll so verwachsen sein mit dem Jugendleben, daß es mit diesem fortdauere in freudiger Erinnerung und fortklinge durch das ganze Leben.

Beim Turnunterrichte wird darum der Lehrer in Verbindung mit den rhythmischen Bewegungen der Reihen, namentlich beim Gehen derselben, die Marschlieder singen lassen, in der Weise, daß sich die Bewegung des Ganges, an die des Gesanges anschließt. Die gewöhnliche Weise der Verbindung des Marschliedes mit dem Gehen ist die, wobei die guten Takttheile mit den Tritten des linken Beines zusammenfallen. Ist diese gewöhnliche Ausführungsweise einmal gewohnheitlicher geworden, so kann der Lehrer mit Absicht auch anordnen, daß die guten Takttheile mit den Tritten des rechten Beines zusammenfallen, oder es wird geboten, daß bald die Gangbewegung mit der Taktbewegung des Liedes übereinstimme, oder daß im Wechsel damit erstere während der gebundenen Taktbewegung des Liedes willkührlicher Aus-

führung überlassen bleibt und je nach der Aufforderung des Lehrers, sich dieser wieder zuordne.

Eigenthümlich ist auch die Uebung, wobei der Gesang der taktgehenden Reihen nach kürzeren und längeren Abschnitten des Liedes durch den Ruf: Acht! — Schweigt! unterbrochen wird, die Schüler in gebundenem Takte fortschreiten und im Geiste die Weise des Liedes fortführen, um bei dem Rufe des Lehrers: Acht! — Singt! dieselbe da wieder laut fort-erschallen zu lassen, wo sie, wenn auch lautlos, in der Vor-stellung der Schüler fortgeklungen, so, daß die Zeiten des Liedes, das zum Theil hörbar gesungen wird, zum Theil nur im Geiste lautlos fortgeführt wird, nicht vermehrt und ver-mindert werden.

Schülern, die einmal in übereinstimmender Zeit taktgehen und taktsingen können, lernen dann leicht auch Lieder, welche wegen abweichender Taktart nicht mit dem gewöhnlichen Takte des Gehens übereinstimmen in Verbindung mit unge-wöhnlicheren Gangarten singen. So können z. B. Lieder, deren Weise sich im $^{3}/_{4}$ und $^{6}/_{8}$ Takte bewegt, in überein-stimmender Zeit mit Kibitzgang oder Wieggang gesungen werden oder auch mit Galoppgang und Fußwippgang, und selbst kann zugleich bei einigen Hüpfarten der Gesang zuge-ordnet werden, oder je nach einer bestimmten Zahl von Hüpfzeiten, kann in einer gleichen Zahl von Zeiten zum geordneten Gang im Wechsel wieder gesungen werden.

Haben einmal die Schüler die Fertigkeit erlangt, bei ge-ordnetem Gehen auch im Takte zu singen, so lasse der Lehrer dieselben mit den verschiedenen Reihen- und Ordnungsübungen, welche sie nach dem Befehle des Lehrers bei dem Wechsel der mannigfaltigen Gliederungen darstellen, zugleich auch ein Lied singen, wodurch die Thätigkeit der Uebenden in höchst anregender Weise denselben nur mehr Reiz gewährt und an maßvoller Gebundenheit gewinnt.

Endlich kann der Lehrer versuchen, die Zeiten im Gehen und Singen auch im strengen Takte zu fordern, wenn sich

beide Bewegungen in verschiedenen Taktarten bewegen, wenn z. B. das Gehen in einer geraden Taktart, der Gesang hingegen in einer ungeraden Taktart geordnet ist, oder wenn auch umgekehrt das Gehen in ungerader, das Singen in gerader Taktart erfolgt, so daß die Thätigkeit der Uebenden an zweierlei Zeitordnungen gebunden ist.

Der denkende Lehrer wird erkennen, wie diese eigenthümlichen Verbindungen des Gesanges mit dem Turnen, welche selber bei noch andern Bewegungsarten z. B. beim Hangeln und Stützeln Anwendung finden können, den Unterricht, der hierbei wesentlich auch die Ausbildung rhythmisch geordneter Thätigkeiten befördern soll, zu beleben geeignet sind und auch selber abgesehen von diesem mehr reinen Bildungszwecke, zugleich die Gesang- und Turnfertigkeit und darum die Lust an diesen beiden für das gesammte jugendliche Lebensgefühl bereiten helfen können.

Turnräume.

Für das Sommerturnen soll die Schule einen Turnplatz im Freien haben, für das Winterturnen und bei ungünstiger Witterung aber ist ein Turnsaal, der geheizt werden kann, nöthig. Am zweckmäßigsten ist es, wenn beide Turnräume beisammen sind und zwar in möglichster Nähe bei der Schule selber. Wenn der Sommerturnplatz mit keiner bedeckten, Schirm gegen Regen und Sonnenschein gewährenden Turnhalle versehen ist, so kann der nahegelegene Turnsaal auch so eingerichtet werden, daß er im Sommer zugleich als Turnhalle benutzt werden kann und liegen die Turnräume unfern von der Schule, so gewährt dieser Umstand den Vortheil, daß die Turnstunden leicht mit den übrigen Schulstunden in Wechsel gebracht werden können, daß überhaupt der regelmäßige Besuch des Turnunterrichtes leicht zu erzielen ist, das Turnleben auch schon äußerlich in Verbindung mit dem Schulleben steht. Wenn nun in größeren Städten, wo die Entfernungen weit abgelegener Turnplätze den regelmäßigen Turnbesuch der Schüler noch mehr stören müssen und die Herstellung nahe mit der Schule verbundener Turnräume durchaus nothwendig machen, so bringen es dagegen die Gesammtverhältnisse des Lebens in kleineren Orten schon mit sich, daß hier ohne erheblichen Schaden auch Räume zum Turnen benutzt werden können, die gerade nicht in unmittelbarer Nähe an die Schulräume gränzen, wenn sie sich nur durch freundliche Lage empfehlen. Größere Städte und kleinere Orte stellen verschiedene Anforderungen an das ganze Schulleben, nach verschiedenen Seiten hin gewähren die einen

Vortheile für das ganze Erziehungsgeschäft der Jugend vor den andern, was bei den einen oder andern durch die Umstände dem Leben der Schüler vorenthalten bleibt und von wesentlicher Bedeutung für dasselbe ist, muß durch künstliche Einrichtungen und Mittel wieder ersetzt werden.

Für die Schüler der Altersstufe, für welche unser Turnbuch bestimmt ist, müssen die Turnräume eine solche Ausdehnung haben, daß die verschiedenen Turnarten und Spiele möglichst ungehindert von der ganzen Turnerschaar einer Schülerabtheilung betrieben werden können. Die Lage der einzelnen Uebungsplätze und die Nebeneinanderstellung der Turngerüste und Turngeräthe haben auf die ganze Ordnung der Uebenden einen wesentlichen Einfluß und müssen je nach den Verhältnissen der ganzen Oertlichkeit der Turnplätze oder Turnsäle so getroffen werden, daß die zweckmäßige Vertheilung der einzelnen Räume mit Rücksicht sowohl auf die besondere Gestalt und Ausdehnung des ganzen Platzes, als auch auf die erforderlichen Uebungen und die Zahl der gleichzeitig Uebenden angeordnet wird.

Wegen des Umstandes, daß die für den Turnplatz bestimmten Räume aller Orten andere sind, lassen sich darum nur allgemeine Andeutungen geben. So ist es z. B. angemessen, wenn die wagerechten Hangelleitern, das Stangengerüst und die Hang- und Stemmschaukel unfern von einander gestellt sind, daß der Springgraben, der Tiefspringel, das Sturmbrett, die Springel zum Freispringen und die Böcke zum Bockspringen räumlich nebeneinander geordnet werden, damit die ganze Schaar der Schüler in diesen und andern verwandten Turnarten gleichzeitig oder im Wechsel der einen mit der andern beschäftigt werden kann. Ferner ist darauf zu achten, daß Himmelsgegend und Stellung der Sonne in den gesetzten Turnzeiten des Tages, bei Aufstellung und Lage der Geräthe bedacht werden, daß wo es immer angeht, schattige Orte für die Geräthräume ausgewählt werden und selber Bedacht genommen wird auf Schirm gegen Regen und Nässe, so daß

stets auch bei Regenwetter eine Anzahl von Geräthen benutzt werden kann. Die Turnplätze und Turnsääle brauchen für unsere gesetzten, mit der Ordnung der Schule gegebenen Schülerabtheilungen weder sehr ausgedehnt zu sein, noch dürfen sie allzusehr eingeengt sein. Bringen es die örtlichen Verhältnisse mit sich, daß der gleiche Turnplatz oder Turnsaal zu verschiedenen Zeiten von Abtheilungen jüngerer und älterer Schüler benutzt wird, so muß die verschiedene Rücksicht auf beide, namentlich was die Herstellung vieler Geräthe betrifft, durchaus genommen werden, weil eben die mit der verschiedenen Leibesgröße der Uebenden gegebenen Unterschiede auch verschiedene Einrichtung der Geräthe bedingen. Wenn wir hier nachträglich noch die Beschreibung einiger Geräthe und allgemeine Bemerkungen über Herrichtung der Turngeräthe folgen lassen, so geschieht es stets mit Berücksichtigung der Altersstufe und der mit dieser gegebenen durchschnittlichen Leibesgröße der Uebenden, für welche unser Turnbuch berechnet ist und wir behalten uns vor, in einem zweiten Theil auch den vorgerückteren Lebensaltern Rechnung zu tragen. Jedenfalls sollten stets Sachkenner zugezogen werden, die mit Rücksicht auf die besondern Zwecke und Bedürfnisse die Einrichtungen der Turnplätze anordnen helfen; es lassen sich da durchaus keine für alle Verhältnisse passenden Vorschriften und Pläne für Turnplätze geben.

Nachträgliches über Turngeräthe und Erklärung der Zeichnungen.

Wir hielten es für zweckmäßig, die Beschreibung des Stangengerüstes, das wir für die Hangel-, Steig- und Kletterübungen unserer Altersstufe benutzen und dem wir neben allen bisher bekannten Klettergerüsten den Vorzug einräumen, da es die größte Mannigfaltigkeit von Uebungen zuläßt und zugleich die Bethätigung größerer Schülerabtheilungen wie kein anderes möglich macht, durch eine Zeichnung desselben anschaulich zu machen. Damit sind wir zugleich aller näheren Beschreibung desselben überhoben und können uns auf einige Andeutungen beschränken.

Ein Blick auf Zeichnung I. läßt erkennen, wie das ganze Stangengerüst herzustellen ist. Da es wünschenswerth ist, dieses Geräth im Sommer auf dem freien Turnplatze, im Winter im Turnsaale zu benutzen, so kann dasselbe auf einem Roste dünner Balken, welche wie das ganze Gerüst auseinandergenommen werden kann, aufgebaut werden. Die Höhe der vier runden etwa vierzölligen Tragständer, welche zum Klettern an dünnen Masten benutzt werden können, kann je nach Umständen zwölf, vierzehn oder sechszehn Fuß betragen. Auf diesen vier Tragständern ruht wagerecht eine Leiter, deren Holme eine Dicke von etwa drei Zoll haben. Durch diese Holme, welche nun wie die Ständer im Lichten einen Abstand von ein und einem halben, bis einen und dreiviertel Fuß haben, werden nun für beide Reihen der senkrechten und schrägen Stangen die Löcher zur Befestigung der Stangen gebohrt und zwar so, daß diese Stangenlöcher je zwischen

die fünfviertel Fuß von einander abstehenden Sprossen der Leiter kommen. Je zwei senkrechte Stangen liegen an beiden Leiterholmen rechtwinkligt einander gegenüber und der Abstand der einzelnen Stangen einer jeden Reihe der senkrechten Stangen beträgt wiederum fünfviertel Fuß, und beide Stangenreihen werden am Boden, wie am oberen Theile in zwei mit den Leiterholmen gleichlaufende Schwellen, die gleichfalls durchbohrt sind, befestigt. Je neben einer senkrechten Stange, in einem Abstande von einem starken Zoll, wird in einem Winkel von fünfundvierzig Grad eine schräge Stange in dem Holme der Leiter durch Bohrung befestigt, so daß das ganze Stangengerüst mit den beiden Reihen senkrechter und schräger Stangen einem Dache mit abgekanteter First nicht unähnlich sieht. Die schrägen Stangen stecken überdieß, damit sie mehr Kraft behalten, am unteren Theile in einer wagerechten, fünf Zoll dicken, etwa zwei Fuß über dem Boden angebrachten Tragschwelle, in welche Löcher eingebohrt sind. Eine jede der vier Stangenreihen kann nun je nach Ermessen aus sechs, acht oder zehn Stangen bestehen, was für die Länge und Stärke der Leiterholme natürlich von Einfluß ist. Auch die Dicke der einzelnen Stange ist wieder abhängig von der Höhe des ganzen Stangengerüstes, soll aber stets so sein, daß die Schüler mit ihren kleinen Händen dieselben leicht umgreifen können. Es ist darum zweckmäßig, wenn die Stangen aus zähem Fichten- oder anderem Holze gemacht werden, namentlich die schrägen Stangen, welche mehr Widerstand zu leisten haben, als die senkrechten. Da, wo es die Mittel zulassen, können auch einige, oder alle Stangen dreiviertel Zoll dicke und runde Eisenstangen sein, was die Beschaffung des Geräthes zwar vertheuert, demselben aber auch eine größere Dauer gibt. Der Theil der Leiterholme, an welchem weder senkrechte noch schräge Stangen sind, den wir auf unserer Zeichnung, um dieselbe nicht undeutlich zu machen, ganz frei gelassen, wird als Befestigungsrahe für die senkrechten und schrägen Leitern, für die senkrechten und

schrägen Taue, für die Strickleiter, für das Knotentau, für das Sprossentau und die Geräthe benutzt, welche wir oben bei den Uebungen am Stangengerüste aufgeführt haben. Damit nun auch eine größere Kletterhöhe erhalten wird, so können auf nur einer Seite, wie es unsere Zeichnung anschaulich macht, oder auf beiden Seiten des Gerüstes die Tragständer so hergerichtet werden, daß sie in beliebiger Höhe die Leiterholme überragen und durch eine hammerförmige Rahe verbunden werden, an deren Querhölzern, die kleine Standflächen für die Hinaufgekletterten darbieten, sowohl längere Stangen, als auch längere Taue befestigt werden können. Wir bemerken hier zum Voraus, daß dieses Stangengerüst zum Gebrauche für Abtheilungen von Schülern einer vorgerückteren Altersstufe und selbst für Erwachsene leicht eingerichtet werden kann, wenn auch hier die gesammten Maßverhältnisse in dem Verhältnisse zu der Leibesgröße der Uebenden größere sein werden und es liegt nahe, daß sich dieses Stangengerüst auch leicht noch mit anderen Gerüsten ähnlicher Art zusammensetzen und vervollständigen läßt, daß selber die nothwendigen Gerüste für verschiedene Altersstufen sich zu einem gemeinsamen verbinden lassen.

Die auf der Zeichnung I. veranschaulichten Hang- und Stemmschaukeln sind so hergerichtet, daß sie an beliebigem Orte aufgestellt werden können. Die Leiter ruht mit messingenen Ruthen auf einem eisernen, einen halbzolldicken Eisenbolzen, der durch die Ständer der Schaukel gesteckt, das Höher- und Tieferstellen derselben möglich macht, so daß dieselbe Leiter zur Hang- oder Stemmschaukel benutzt werden kann. Durch Verbindung von drei oder vier Leiterholmen kann auch eine Hang- oder Stemmschaukel, an welcher gleichzeitig vier bis sechs üben können, hergestellt werden und es kann die Schaukel auch so eingerichtet werden, daß sich die Leiter neben der Bewegung in senkrechter Ebene noch in wagerechter Ebene im Kreise bewegt, wodurch die Schaukelübungen eigenthümliche Darstellungsweisen zulassen. Diese

Kreisschaukel ruht wie die oben angeführte Hangschaukel auf einem wagerechten Eisenbolzen, welcher von einem gabelförmigen Eisen, das nach unten in einem zolldicken Nagel ausläuft, getragen wird. Dieser Nagel wird nun in eine eiserne Röhre, die in einem senkrechten Pfosten eingelassen ist, gestreckt und macht dadurch das Drehen der Schaukel im Kreise möglich.

In Betreff aller Geräthe ist es wünschenswerth und zweckmäßig, wenn dieselben möglichst leicht und schlank gebaut werden und wenn namentlich die Theile derselben, welche von den Händen umgriffen werden, an welchen unmittelbar die Uebung dargestellt wird, bei nöthiger Widerstandskraft dünn und glatt gearbeitet werden. Es bewährt sich, daß geschmeidige und handliche Geräthe für die Uebenden einen größeren Reiz gewähren, und daß überhaupt der ganze Turnplatz schon durch seine äußere Herrichtung und geschmackvolle Ausstattung die Stätte bezeichnen soll, wo auch der Sinn für Anmuth, Reinlichkeit und Ordnung gepflegt wird. Dahin gehört auch, daß die Geräthe alle, sowohl des bessern Aussehens, als auch vor Allem der größeren Dauerhaftigkeit wegen, einen Oelanstrich erhalten, welcher von Zeit zu Zeit erneuert wird und wir empfehlen dabei die Rücksicht, daß alles Trageholz z. B. beim Stangengerüst bei den Springeln, beim Reck und Barren, bei der Hangschaukel und andern Geräthen eine (dunkele) Farbe erhalte, welche absticht von der (helleren) Farbe des Greifholzes z. B. der Leitern, Reckstangen, Barrenholme, Kletterstangen. So kann z. B. das Trage- und Gerüstholz dunkelgrün oder bronzefarbig angestrichen werden, während das Greifholz durch einen firnißgelben Anstrich hervorgehoben wird, eine Farbenwahl, die bei uns getroffen ist und gefällt. Bei den für das Stangengerüst bestimmten Kletterstangen muß die Vorsicht gebraucht werden, daß dieselben, noch ehe sie der Sonne und dem Wetter ausgesetzt werden, alsbald nach ihrer Bearbeitung (aus trockenem Holze) ihren vollständigen Anstrich erhalten,

was besonders auch von den Reckstangen gilt, welche, da sie gewöhnlich aus härterem Holze gefertigt werden, auch nur einen mehrmaligen Firnißanstrich haben können, der aber mit jedem Frühjahre erneuert werden muß.

Was nun die ganze Zeichnung I. betrifft, so sollte sie eigentlich zunächst unser Stangengerüst veranschaulichen, sowie auch die Hang- und Stemmschaukel. Die landschaftlichen Zugaben auf der Zeichnung bilden in Umrissen die Ansicht eines der Baseler Turnplätze, nämlich des Petersturnplatzes. Der Blick ist aus der Turnhalle genommen und zeigt, wie auch hier die Gelegenheit eines alten Stachelschützenhauses mit dem Schießplatze längs der Stadtmauer für das Turnen benutzt ward. Der Thurm zur Linken, dessen untere Räume zur Aufbewahrung von Geräthschaften dienen, trägt oben eine Rahe für die längeren Kletterstangen und Klettertaue. Am unteren Theile der Mauer zeigt sich unser Tiefspringel oder die Sprungtreppe, der Gerfang und im Hintergrunde der Kreisschwingel. Ueber die Schranken rechts ragen die hohen schattigen Linden- und Platanenbäume des größeren Petersplatzes, der für Dauerlauf und Spiele die schönsten Bahnen und Räume darbietet. Barren, Recke und das Sturmbrett, welche hinter dem Stangengerüste längs der Mauer angebracht sind, konnten, ohne der deutlichen Darstellung des Stangengerüstes Abbruch zu thun, nicht in das Bild aufgenommen werden.

Bei Zeichnung II. ist der Blick unter dem Kreisschwingel genommen, im Vordergrunde zeigt sich der Spielplatz, der wie die am Ende des Platzes sichtbare Turnhalle auch zu Gemeinübungen und Uebungen aller Art benutzt wird. Zum rechten sind vier Schwebestangen mit Uebenden, in der Mitte bewegen sich die Mädchen im Kettenreigen, Andere üben das Hüpfen am kurzen und das Laufen unter dem langen Seile. Das mittelalterliche Gebäude, welches über die Zinnenmauer zur Rechten hervorragt, ist das schöne Spalenthor. Auch auf dieser Zeichnung mußten aus Rücksicht für die besonderen

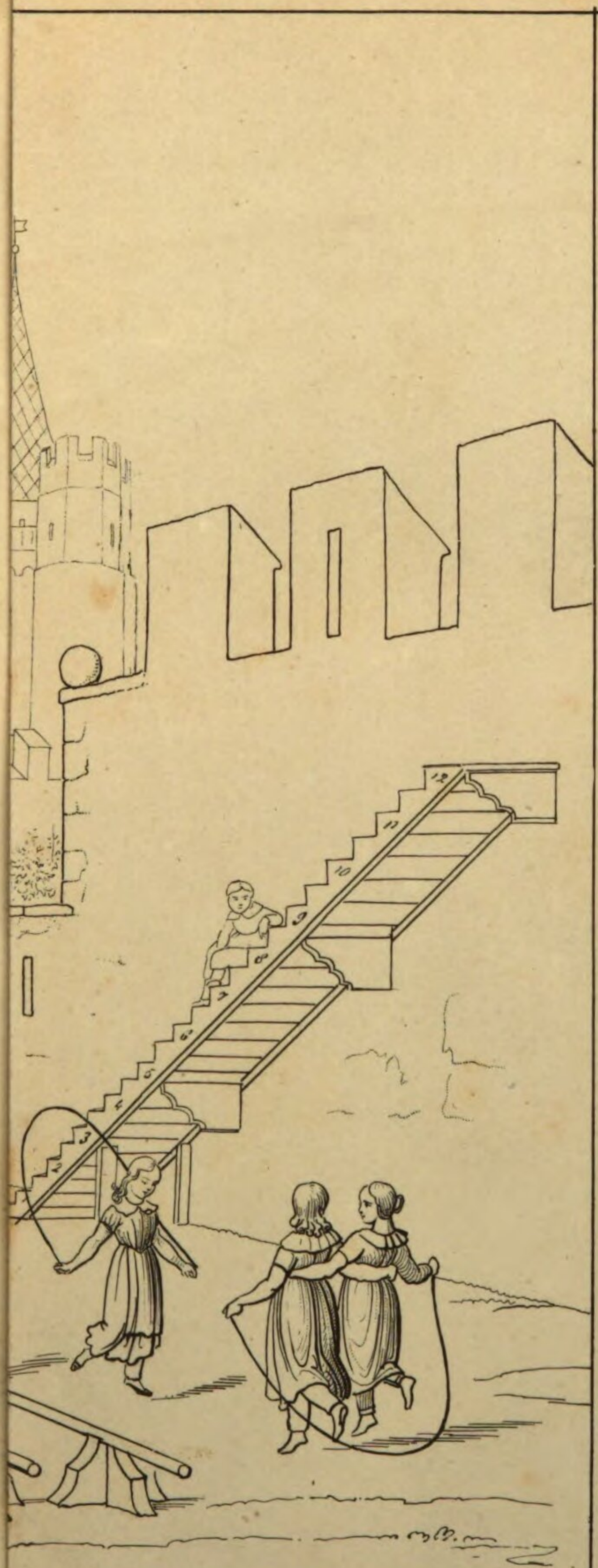
Darstellungen einige Vorrichtungen z. B. der Springgraben und die Schlängelbahn, dann auch Geräthe, wie Recke, Barren und Böcke ausgeschlossen bleiben und wir bemerken nur, daß in der kleineren Halle hinter dem Stangengerüste, dessen Seitenansicht hier wiederholt gegeben worden, unsere wagerechten Doppelleitern, und einer der langen Barren aufgestellt sind. Die Turnhalle selber ist ein mit Sandsteinplatten belegter viereckigter Raum, welcher etwa sechzig Fuß Länge und dreißig Fuß Breite hat. Nach zwei Seiten gewährt die Halle freien Ausblick, nach der einen Seite ebenen Ausgang auf den freien Turnplatz. Dieser bildet ein Längenviereck von etwa hundertzwanzig Schritten Länge und fünfunddreißig Schritten Breite.

Der Platz wird, was schon die Abbildungen der Uebenden schließen lassen, im Sommer von Knaben und Mädchen, von jüngeren und älteren Schülern benutzt. Schüler und Schülerinnen kommen je in der mit dem Schulleben gegebenen Vereinigung und Genossenschaft, so, daß die einzelnen Abtheilungen sowohl nach Geschlechtern, als auch nach Altersstufen bereits abgetheilt und geordnet sind. Mit großer Leichtigkeit können auf dem Platze Abtheilungen von vierzig, sechzig oder achtzig Schülern turnerisch in Arbeit und Spiel beschäftigt werden. Die Räume und Geräthe sind so bestellt, daß auf die verschiedenen Alter Rücksicht genommen ist und gewähren im Sommer bei jeder Witterung gegen Hitze und Nässe Schutz und Schirm.

Bayerische Staatsbibliothek München

Schweighauser'sche Buchdruckerei in Basel.

Bayerische
Staatsbibliothek
München



BSB Bayerische StaatsBibliothek
MDZ Münchener DigitalisierungsZentrum Digitale Bibliothek

Spieß, Adolf,

Turnbuch für Schulen als Anleitung für den Turnunterricht durch die Lehrer der Schulen

Bd.: 1. Theil

Basel 1847

Gymn. 82 k-1
urn:nbn:de:bvb:12-bsb10431770-1